Наш ДІМ

5
2002

Для тих, хто будує або вже має оселю

Українська мрія – власний дім!



У НАСТУПНОМУ НОМЕРІ – ОБЛАШТУВАННЯ ОСЕЛЬ, ЛАНДШАФТНИЙ ДИЗАЙН, І НЕ ТІЛЬКИ!

Слово до читача!

Шановна редакція! Дуже прошу Вас обдумати та вирішити питання виходу найцікавішого та цінного журналу "Наш дім" для села і не тільки, кожний місяць.

Ваш журнал, як гарний кіносеріал (для усієї родини), а показ, на жаль, раз у два місяці. На сторінках журналу зверніться до передплатників та їх друзів, а також до редакції газети "Сільські вісті". Мені здається, що передплатники погодяться з оплатою. Такий журнал необхідний, як колись уславлений "Огонек".

Мазур Микола Станіславович,
с. Джурин,
Шаргородського р-ну,
Вінницької обл.

***

Добрий день, редакція журналу "Наш дім"! Звертається до Вас сім'я Боєчко. Ми дуже дякуємо за цікавий сімейний журнал, за поради щодо будівництва, поради господарю і господині та за сторінку для дітей. Ми із нетерпінням чекаємо на журнал і з великою цікавістю його читаємо. Адже ми - молода сім'я і наша мрія, як кожних молодих пар, мати свою власну оселю. Дуже Вам вдячні і бажаємо процвітання, потенційних інвесторів, і щоб Ви надалі нас зачаровували своєю інформацією.

Боєчко Галя й Ігор,
смт. Великі Бірки,
Тернопільського р-ну,
Тернопільської обл.

***

Останнім часом редакція досить часто отримує подібні листи, у яких Ви, шановні читачі, позитивно оцінюєте нашу роботу. Не будемо критися – такі слова приємні і надихають нас до нової творчої роботи. І, не дивлячись на фінансові негаразди, ми і надалі будемо прагнути зробити журнал змістовнішим, різнобарвнішим. Однак розуміємо, що без його величності Читача, ми - ніхто. ***Тільки у підтримці Читача - сила журналу!*** *Тому сьогодні колектив редакції звертається до Вас, Читачу, з проханням висловити своє бачення змісту видання, його спрямованості. Ваші зауваження та побажання стануть для нас єдиним дороговказом. Ми суворо і жорстко будемо дотримуватись його.*

Зокрема, ми хотіли б знати, Читачу, чи доцільно робити журнал щомісячним, як це вказано в листі шанованим нами Миколою Станіславовичем? Адже тоді збільшиться його ціна. Чи всі погодяться на це?

"Наш дім" має бути чорнобілим або кольоровим, тоншим чи товщим? Ціна видання також залежить від Ваших відповідей.

Які теми ми повинні висвітлювати детальніше і частіше? А від яких Ви вже втомилися?

Далі. Ми взяли курс на створення журналу для всієї родини. Обґрунтування таке. Ми орієнтуємось на міцну сім'ю, яка прагне здійснити ***українську мрію*** *- збудувати власний дім-фортецю і жити у ньому дружно, весело і заможно. Це стане однією з національних ідей, завдяки якій Україна підніметься з колін і стане процвітаючою державою. А чи оправдане таке бажання колективу редакції?*

Мабуть, запитання є і у Вас, Читачу. Як завжди, ми будемо раді Вашим листам, навіть критичним.

Щиро Ваш,
колектив редакції

Зміст

Із чого починається "співучий" будинок?



Вибираємо проект

Розпочинаючи будівництво, насамперед необхідно мати проект. Як мінімум - його архітектурно-будівельну частину. У першу чергу слід враховувати вартість самого проекту, яка залежить від обсягу і глибини його опрацювання, кількості варіантів архітектурних рішень, кінцевого виду й формату проектної документації тощо. Деякі проектні організації приділяють недостатню увагу саме цьому важливому етапу будівельного процесу, зосереджуючи всі сили на виробництві вигідніших будівельних робіт. Тому краще зупинити вибір на спеціалізованих проектних фірмах, відповідальніших у підході до цієї проблеми. Крім того, голосне ім'я архітектора чи архітектурної фірми, що миготить на сторінках архітектурних журналів, не завжди запорука успіху. По-перше, вартість їх послуг найчастіше непомірно висока. По-друге, професійна зрілість і практичний досвід, інколи підмінені комерційним "розкручуванням", не завжди відповідають вартості послуг.

Робота з проектувальником

Найчастіше архітектор спирається на звичні для нього, багаторазово перевірені ідеї й прийоми. Нерідко він знаходиться під впливом технологій і можливостей будівельних організацій, із якими працює. Такий зв'язок неминуче обмежує творчу сторону роботи. Також дуже легко піддатися аурі "професіоналізму" ваших потенційних проектувальників. Тому важливо відчути, чи здатний архітектор прислухатися до ваших ідей і побажань щодо бачення свого будинку.

До думки ж архітектора необхідно прислухатися, але не сприймати її за догму. Ваші задуми повинні бути переважаючими. Їх можуть змінити лише непорушні будівельні закони, але основна Ваша ідея повинна бути втілена. Тому дуже важливо, щоб між Вами й архітектором, як виконавцем і провідником саме ваших ідей, установився особистісний контакт. У досить тривалий період спілкування з проектувальником далеко не останню роль відіграє фактор психологічної сумісності, тому, обираючи виконавця, зверніть увагу на рекомендації людей, думці і досвіду яких ви довіряєте.

Проектна документація

Не поспішаєте на стадії будівельного проекту до деталей пропрацювати інтер'єр будинку, підбирати меблі і т.ін. Враховувати це, звичайно, потрібно, але спочатку лише концептуально, бо найчастіше саме ця частина проекту піддається змінам. В архітектурному проекті "голосних" фірм пакет інтер'єрних креслень займає переважаючий обсяг, створюючи ілюзію його завершеності, тоді як основними повинні бути будівельні креслення. На практиці гроші за так званий проект, що містить в основному інтер'єрну частину, виявляються просто викинутими на вітер.

Вам же, для початку, повинно цілком вистачити так званого фор-проекту, тобто, затверджуваної частини. На цій стадії проектування можна скласти повне уявлення про те, як буде виглядати ваше замовлення з архітектурної точки зору.

Після затвердження з виконавцем початкового проекту, можна доручити йому розробку будівельних креслень. При цьому важливо, щоб обидві стадії виконувалися однією людиною. Це дасть можливість у майбутньому уникнути ймовірних накладок і нестикувань під час будівництва.

Далі зосередьте свою увагу на тому, щоб проект містив такі першорядні креслення, як генплан, вертикальне планування, картограму земляних робіт, інженерні мережі, дренажні системи, плани поверхів, плівки перекриттів, будівельні розрізи, фасади, вертикальні комунікації, крокв'яні системи, покрівлю, найбільш складні будівельні вузли й деталі. Це і є головна частина проекту, яку необхідно узгодити у відповідних інстанціях.

Креслення мають бути зрозумілі не тільки Вам, але і майбутнім будівельникам. Вони повинні бути насичені будівельними розмірами, що дасть можливість уникнути в процесі будівництва багатьох запитань із боку підрядчика. Без добре опрацьованого проекту часто виникають непередбачені проблеми у процесі будівництва.

Контроль будівництва

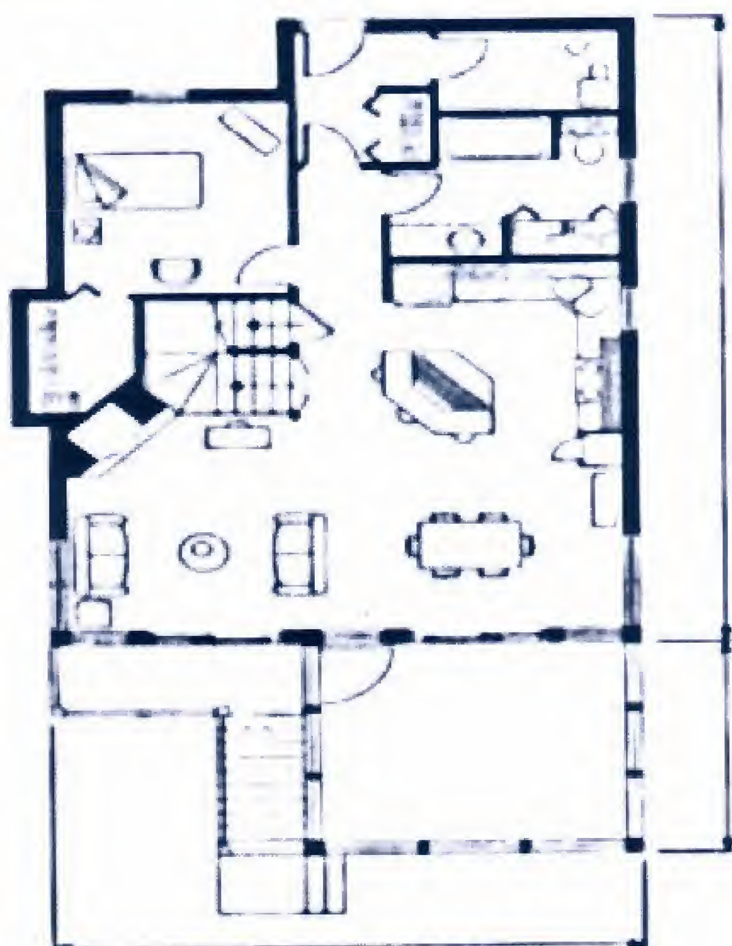
Ні в якому разі не можна пускати на самоплив будівельно-монтажні роботи. Також архітектор зобов'язаний стежити за ходом робіт протягом усього процесу: від розбивки будинку на ділянки до влаштування покрівлі, постійно контролюючи відповідність проекту і виступаючи на будівельному майданчику довіреною особою замовника.

Сам контроль на споруджуваному об'єкті необхідний забудовнику не тільки з точки зору економії часу. Адже відомо, що несумлінність будівельників часом приводить до розбирання вже побудованого, але небезпечного через порушення будівельних норм і законів, будинку. Ці порушення виявляють найпростішою технічною експертизою.



Романтичний будинок

Трирівневий котедж зацікавить власників невеликих ділянок, розташованих на рельєфній місцевості. Цокольний напівповерх може бути цілком відданий під господарські приміщення, гараж, в ньому може бути улаштований фітнес-центр з басейном і сауною. Вхід у будинок - через середній рівень з боку вулиці, і з веранди, що відіграє роль тамбура. Веранда засклена, накрита власним дахом, що спирається на два стояки і значно винесена в сад. Простора вітальня поєднує в собі їдальню і кухню. Напівгвинтові сходи розміщені практично в центрі приміщення. З однієї сторони до неї примикає димохід каміна, з іншої - комора. У мансарді - дві комфортабельні спальні з убудованими шафами, ізольовані одна від другої ванною кімнатою.



Загальна площа - 132,0 м²

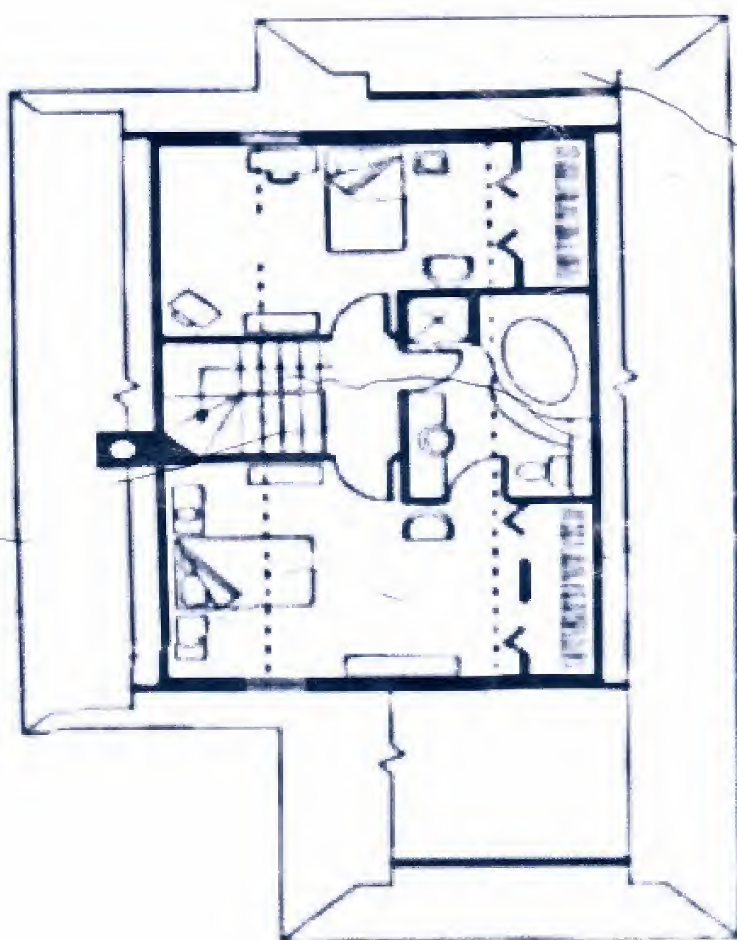
Площа 1 поверху - 80,55 м²:

1. вітальня - 14,0; 2. їдальня - 14,0; 3. кухня - 13,0; 4. спальня -10,0; 5. ванна - 10,0; 6. комора - 10,0; 7. тераса - 15,9.

Площа 2 поверху - 51,84 м²:

8. спальня - 19,0; 17,8; 9. ванна - 10,0; 10. хол - 5,0.

Іванов С.П.



Будинок з округлими формами



Архітектура будинку характеризується плавними лініями деталей. Звиси даху, що виступають далеко за межі контурів будинку, вальми на фронтонах, вікна з арками, напівкруглі еркери, низькі вікна мансарди з плавними лініями контурів, ставні - елементи, що визначають зовнішній вигляд будинку. Округлі форми переважають і усередині. Добре освітлена вітальня простирається на всю ширину будинку. Її особливість у тому, що вона відкрита до самого даху! На мансардному поверсі передбачені дві дитячі, студія і ванна, а під слуховим вікном - куточок для роботи і відпочинку.

Будинок, що має ефективну тепло- і звукоізоляцію, відноситься до будинків з низьким енергоспоживанням.





Загальна житлова площа - 157,0 м²



Нижній поверх - 99,4 м²:

вітальня -39,1; туалет -2,1; кухня-їдальня -22,5; коридор - 5,4; спальня - 14,8; передпокій - 6,6; ванна - 6,6; тамбур -2,3.

Мансардний поверх - 57,6 м²:

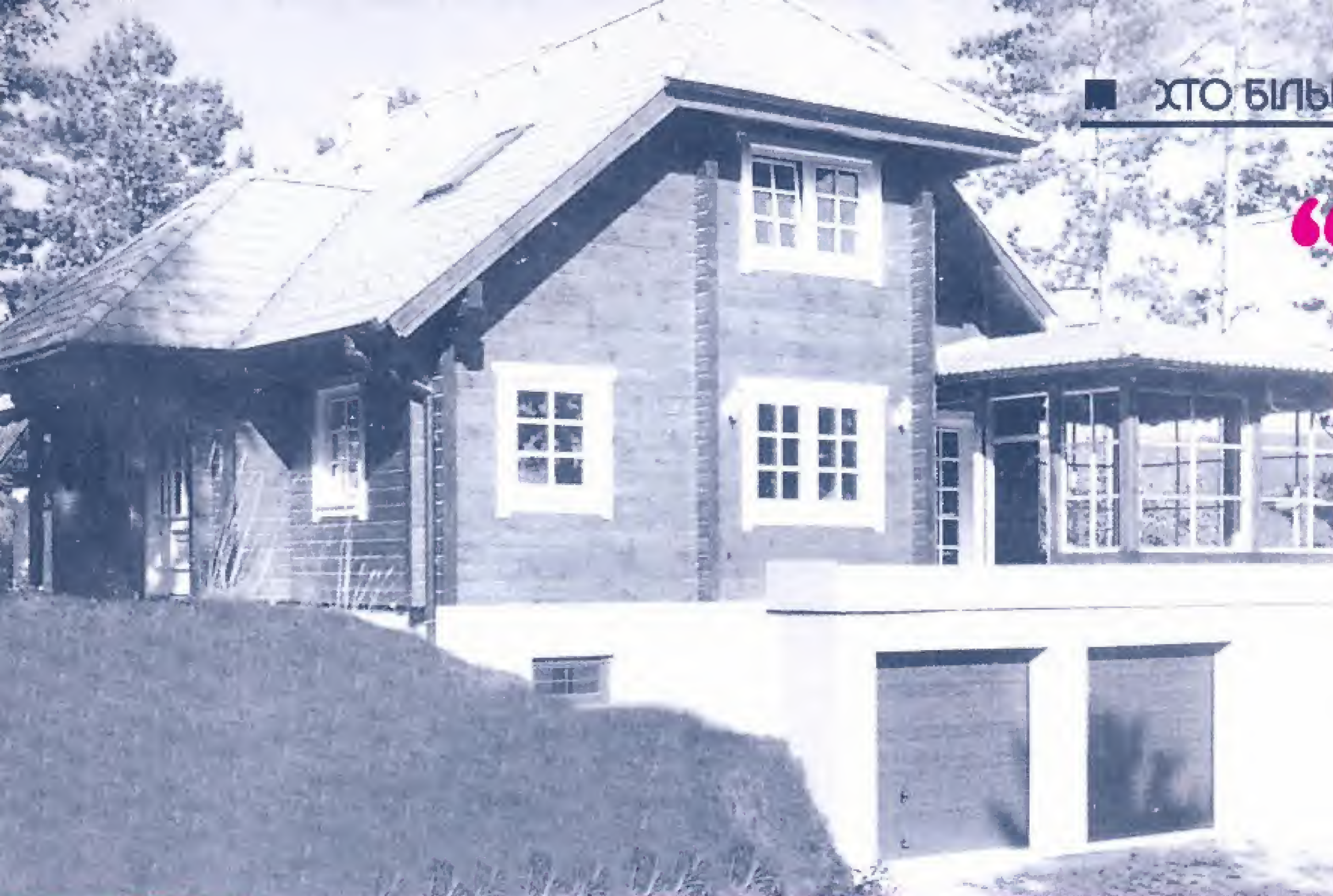
дитяча 1 - 12,8; галерея - 9,4; дитяча 2 - 12,7; балкон 1 - 1,3; ванна - 3,3; балкон 2 - 16,8; студія - 57,6;

ХАРАКТЕРИСТИКИ

Конструкція - масивна кладка з пінобетонних блоків.

В усіх приміщеннях нижнього поверху кути закруглені. Дах з монолітною покрівлею.

"Теплий" будинок

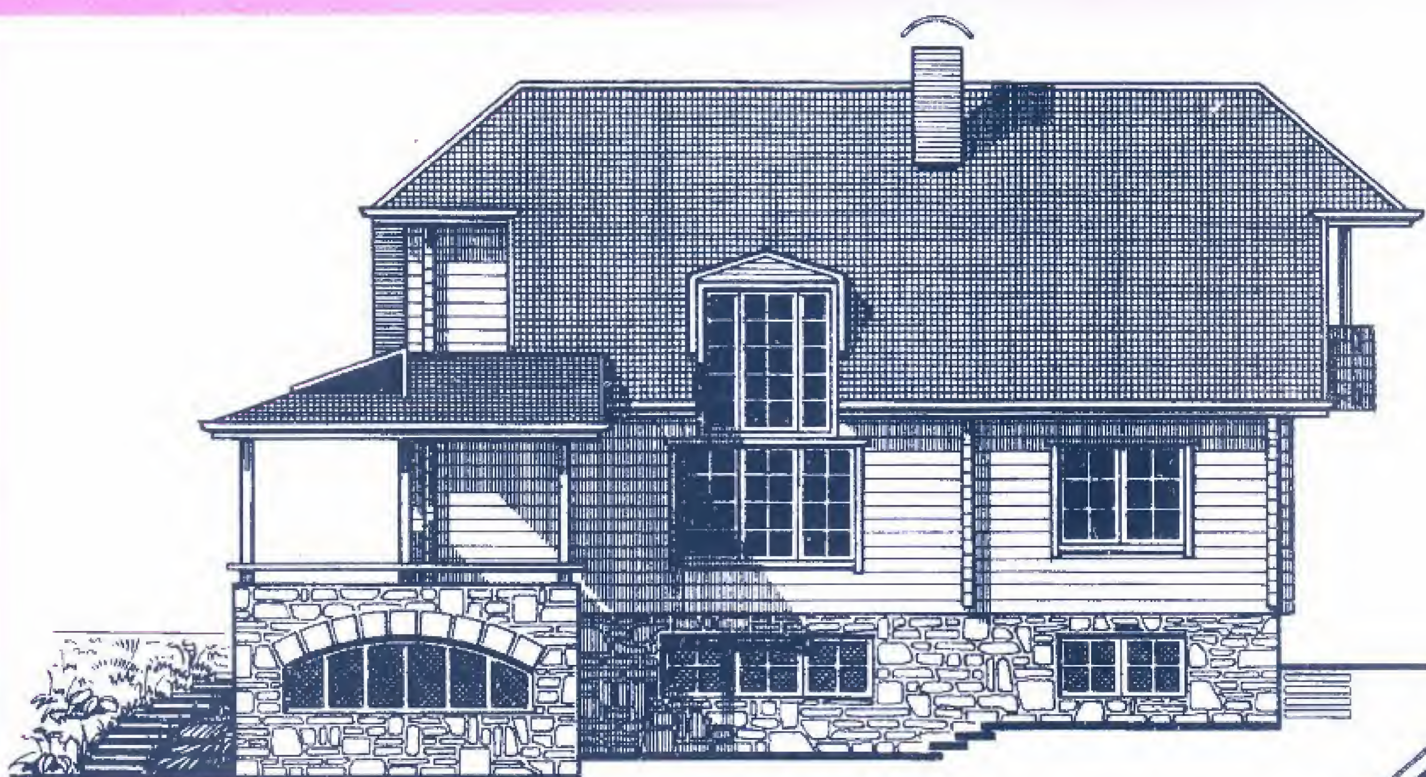


Цей будинок (рис. 1) призначений для постійного проживання родини з чотирьох осіб. З мансардою і цокольно-підвальним поверхом він добре впишеться в ландшафт ділянки зі складним рельєфом. Для його зведення передбачається використання екологічно чистих матеріалів.

На першому поверсі (рис. 2) розташована простора вітальня з каміном. Вона освітлюється через високе оригінальне вікно. Засклені двері і широке вікно виходять на терасу, влаштовану на даху гаража.

Двері з кухні ведуть: одна - у вітальню; інша - у передпокій. Ліворуч від входу знаходяться дві спальні, між якими розташована ванна. Поруч із тамбуром знаходиться туалет.

Широкі сходи, що ведуть на другий поверх, виходять на простору галерею (рис. 3) із балконом, яка нависає над вітальнею. У галереї біля вікна можна розмістити бібліотеку і





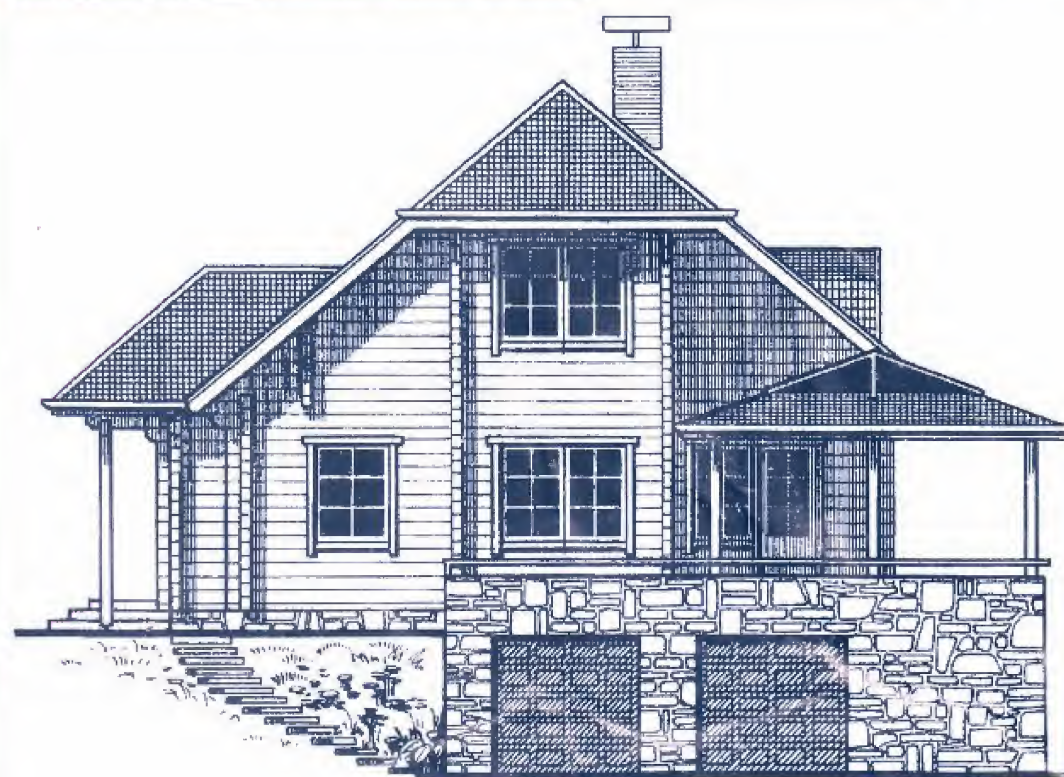




Рис. 1. Фасади будинку

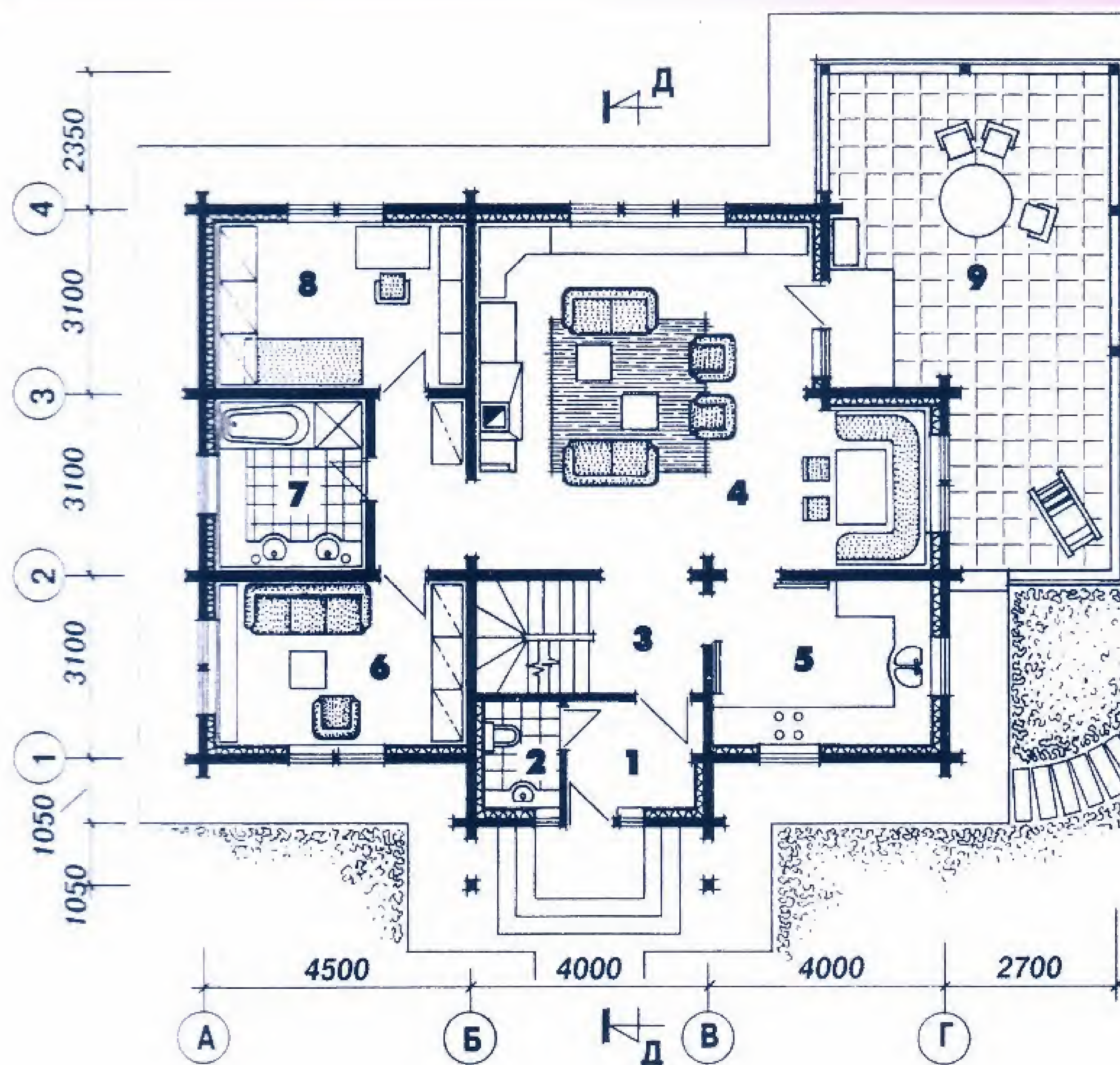


Рис. 2. План першого поверху, м²: 1 - тамбур (4,0); 2 - туалет (2,3); 3 - передпокій (6,3); 4 - вітальня (39,4); 5 - кухня (10,4); 6, 8 - спальні (11,8); 7 - ванна (7,2); 9 - тераса (33,0)

Підвальне приміщення (рис. 4) настільки просторе, що в ньому можна влаштувати сауну з кімнатою відпочинку й басейном, великий хол із природним освітленням і встановити більярдний стіл. Поруч із сходами - велика комора, а з холу двері ведуть у гараж.

Фундамент і стіни підвалу (рис. 5) - монолітні, бетонні. При високому рівні ґрунтових вод обов'язково треба зробити дренаж. Зовнішні поверхні стін підвалу необхідно захистити гідроізоляцією, покривши їх двома шарами гарячої бітумної мастики.

Стіни (рис. 6) збирають із сухого клеєного шпунтованого бруса перерізом 150x190(h) мм. Застосування сухого матеріалу дозволяє почати опоряджувальні роботи без перерви на усадку стін (вона становить не менше року).

У кутах стін бруси з'єднують у замок (із залишком) врубами з кожного боку на 1/4 висоти бруса. Зовнішні стіни зсередини додатково теплоізолюють двома шарами напівтвердих мінераловатних плит товщиною 50 мм кожний. Для цього на внутрішній поверхні стіни степлерними скобами з напуском 150...200 мм кріплять гідро- і вітрозахисну паропроникну мембрану "Тайвек". Через неї до стіни цвяхами прибивають горизонтальні бруски перетином 50x50 мм із кроком, кратним висоті теплоізоляційної плити.

Між горизонтальними брусками щільно один до одного встановлюють плити і поверх них прибивають вертикальні бруски з кроком, кратним довжині теплоізоляційної плити. Щільно один до одного встановлюють і другий шар

(Продовження на стор.9)

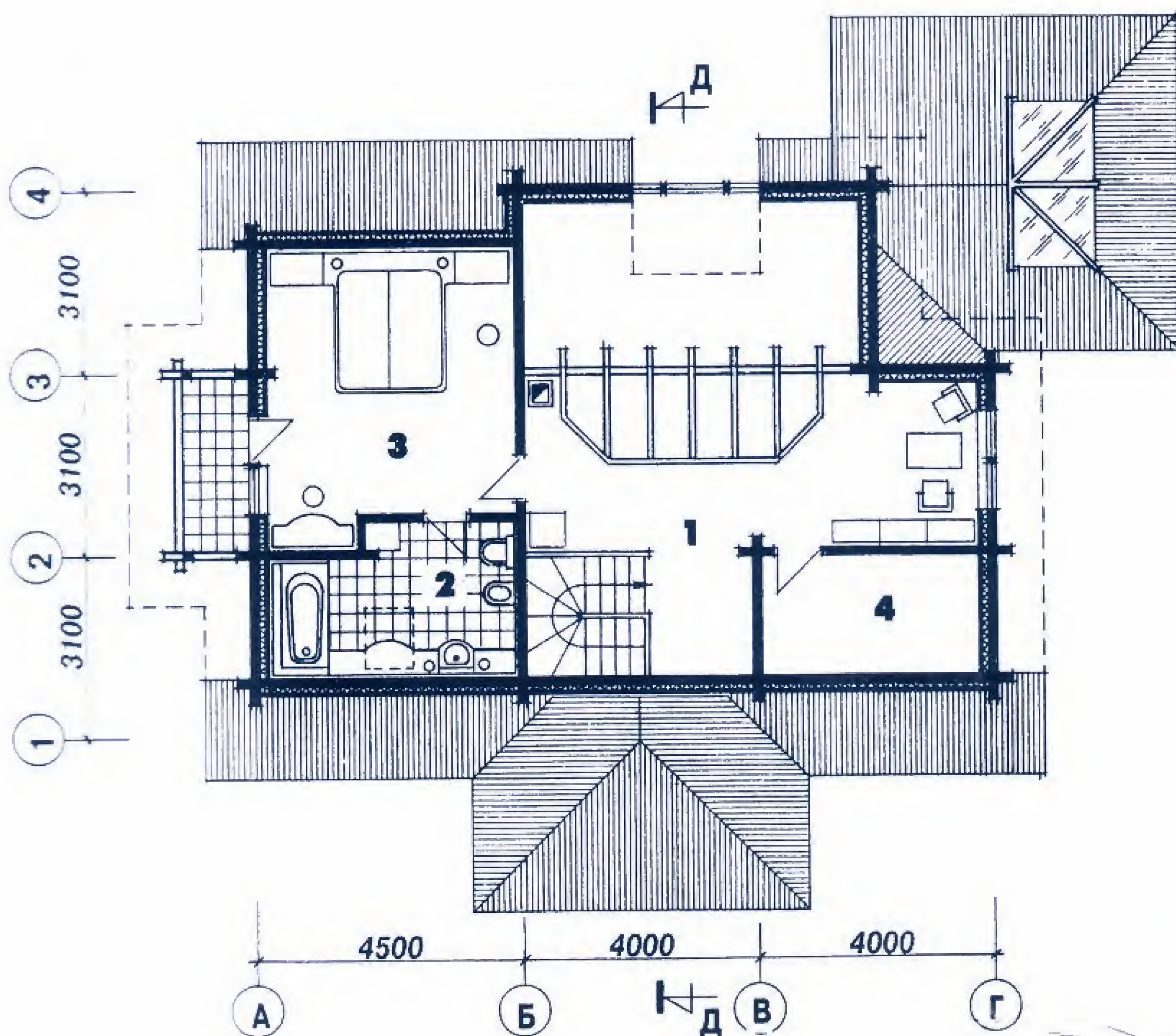


Рис. 3. План другого поверху, м²: 1 - галерея (17,0); 2 - ванна (10,0); 3 - спальня (19,8); 4 - гардеробна (8,5)

встановити журнальний столик та крісла. Тут, на другому поверсі, знаходиться спальня господарів дому і ванна кімната. Зі спальні через засклені двері можна потрапити на балкон.

Гра з кольором



За допомогою підбору фарб можна загальну картину кімнати підсилити або послабити. У дизайні одягу відомо: жінка в яскравій червоній одежі притягує усі погляди до себе. А одежа чорного кольору "приховує" недоліки фігури.

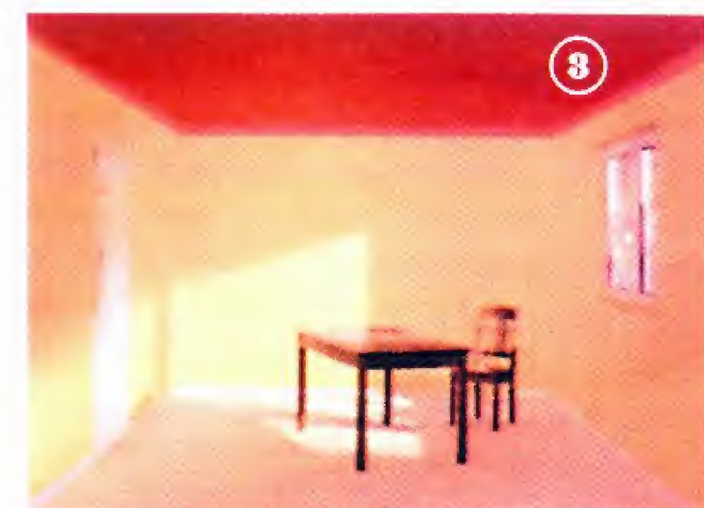
Так само і в квартирі за допомогою фарб можна зменшити її недоліки або чіткіше підкреслити позитивне. Наприклад, теплі тона (червоний, оранжевий, ясножовтий) доречні у великих приміщеннях, оскільки вони випромінюють інтимність. У малих приміщеннях такі кольори немовби стискують, там пасують холодні (голубі або зелені). Останні створюють враження розширеного простору.

Довгий, вузький, високий коридор можна зробити пропорційнішим, якщо підлогу влаштувати темною, торці пофарбувати теплим кольором, але темнішим за стіни. Стелю можна оптично притягнути вниз, якщо її і верхню частину стіни (близько 10 см) пофарбувати темним кольором. Тоді коридор буде виглядати коротшим, ширшим і нижчим того, як він є насправді. Шкіряна чорна софа на фоні сніжно-білих стін створює оптично сильний контраст, який у малих приміщеннях викликає неспокій. Гармонійно підібрані кольори, наприклад, ніжний сірий чи м'який бежевий, зменшують контраст і приміщення відтіняє більше тепла. Якщо необхідно акцентувати увагу на стіні, дверях або ніші, тоді правильно створити сильний контраст. Сильний колір підкреслює і діє як сигнал. Зелена ніша (голубі двері) на білій стіні притягує всі погляди на себе подібно червоній одежі.



1. Низькі приміщення виграють у висоті, якщо стелю пофарбувати у світліший колір порівняно із стінами, а підлогу у темний.

2. Затишно і гармонійно діють теплі кольори у великих приміщеннях, у малих можуть звужувати простір.



3. У високих приміщеннях стелю можна оптично притягнути вниз, якщо її пофарбувати темним кольором і розтягнути його на стіни.

4. Маленькі приміщення можна оптично збільшити, за допомогою світлих пастельних тонів, наприклад, світло-голубого з ніжним зеленим.

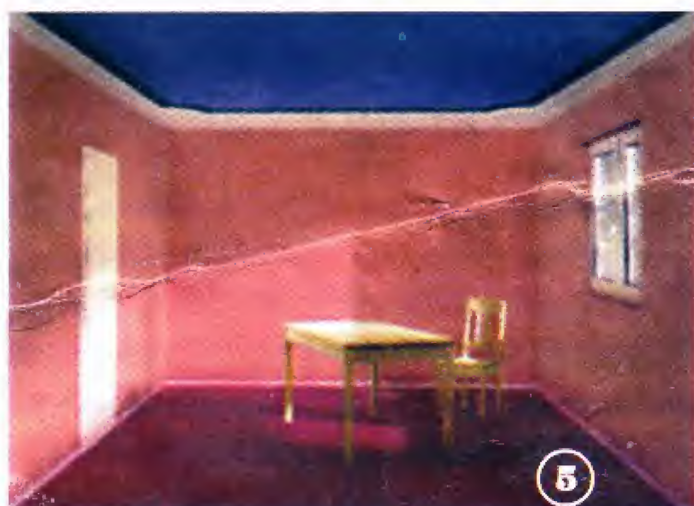


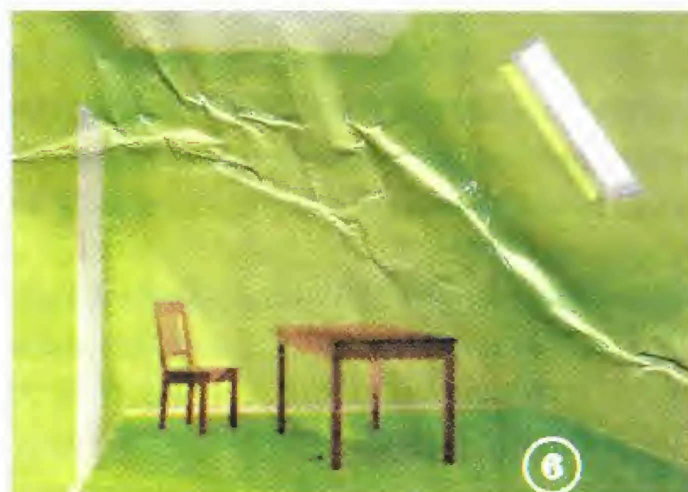
5. Біла рамка на стелі створює враження вищого приміщення.

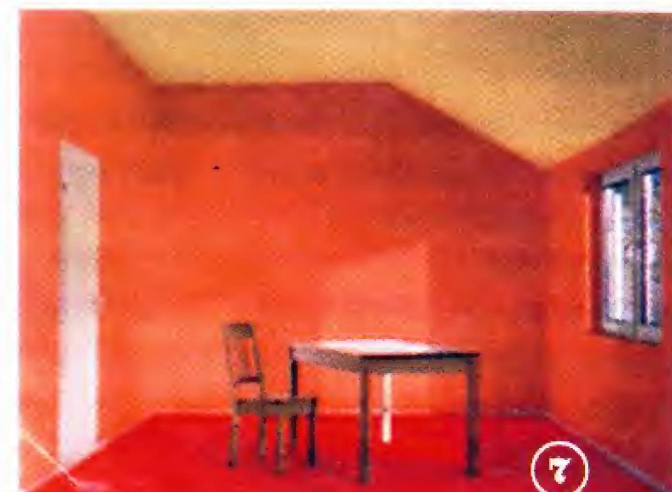
6. Косу стіну фарбують таким же кольором як і прямі. Тоді це не вирізняє її від інших.

7. Зигзагоподібну стелю фарбують тим же кольором, що й пряму. Це зглажує кривизну стелі.

Переклад з німецької
Власа П. П.







(Початок на стор.6)

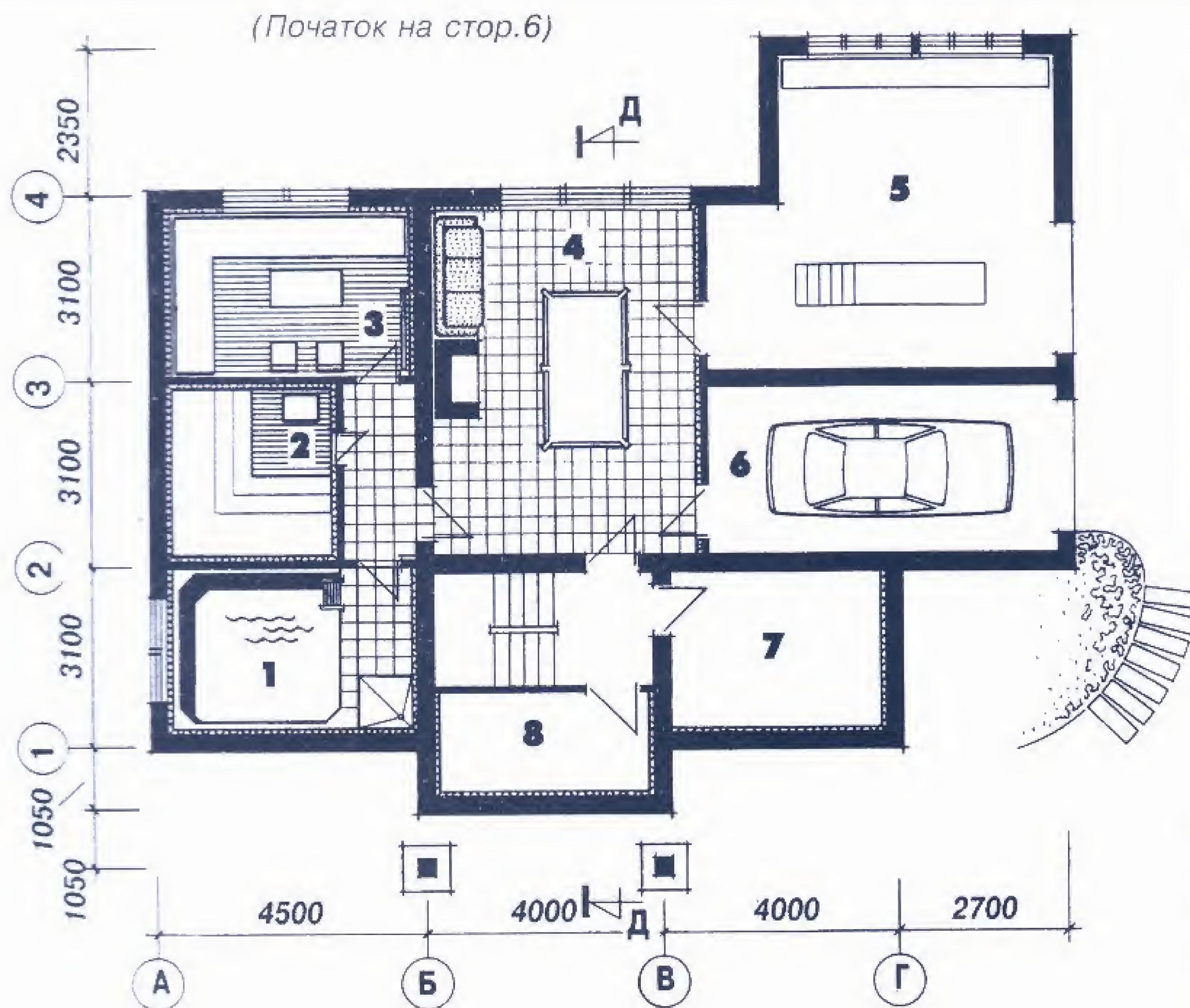


Рис. 4. План підвального поверху, м²: 1 - басейн (9,5); 2 - сауна (7,5); 3 - кімната відпочинку (9,5); 4 - хол-більярдна (25,5); 5 - гараж з майстернею (26,8); 6 - гараж (16,8); 7 - комора (9,1); 8 - топкова (6,0)

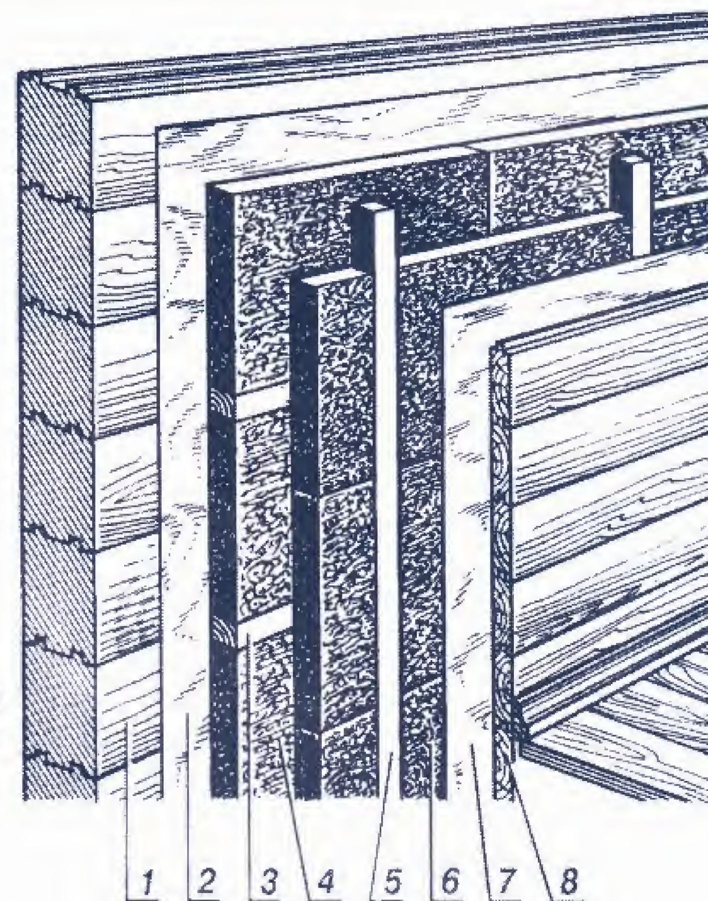
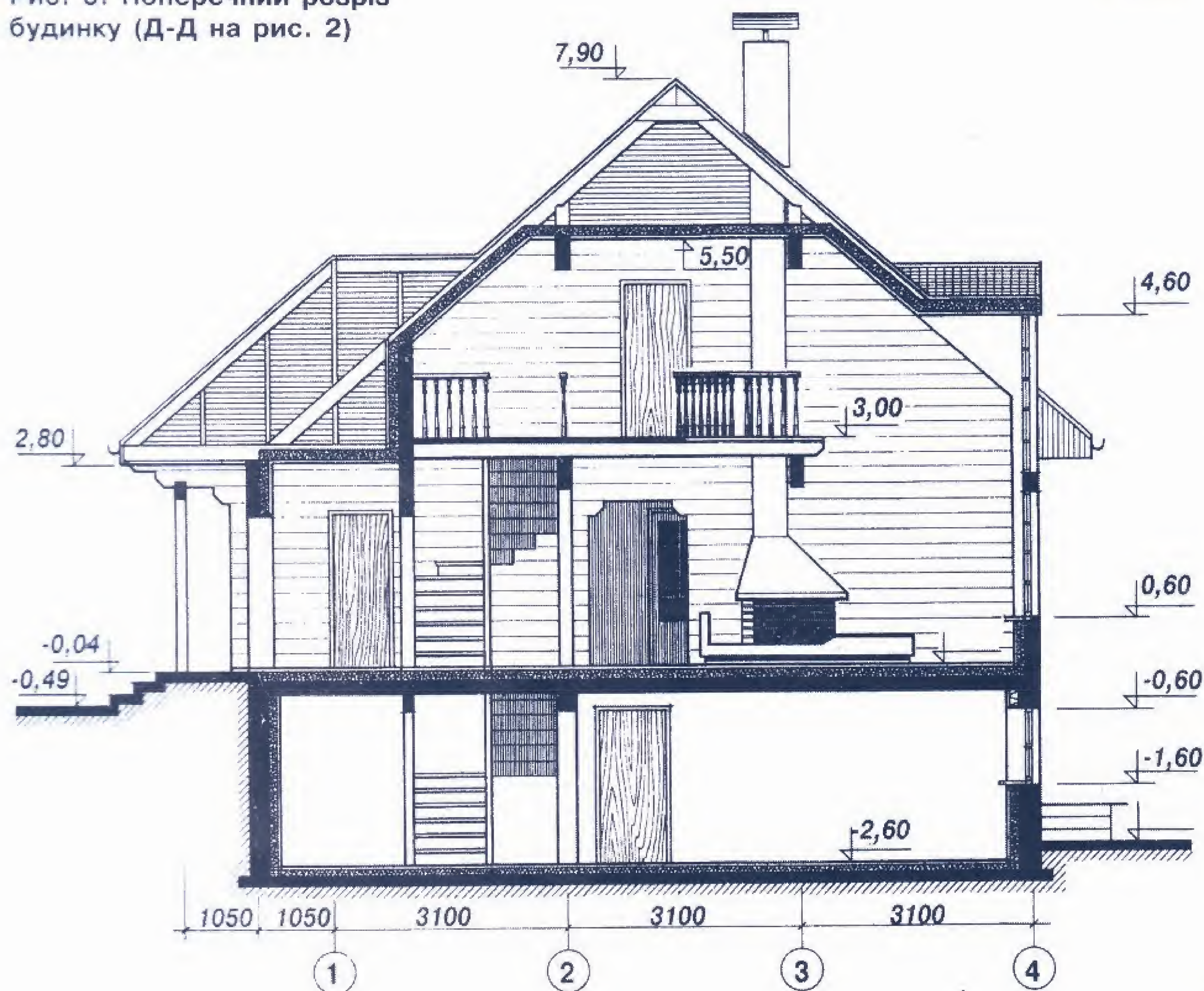


Рис. 6. Розріз стіни будинку: 1 - зовнішня стіна з бруса; 2 - мембрана "Тайвек"; 3,5 - брусок перерізом 50х50 мм; 4, 6 - мінераловатня плита товщиною 50 мм; 7 - пароізоляція; 8 - вагонка

Рис. 5. Поперечний розріз будинку (Д-Д на рис. 2)



плит. Бруски й плити треба розташувати так, щоб усі стики першого шару перекривалися плитами другого.

Зверху теплоізоляції влаштовують пароізоляцію (поліетиленова плівка) і через неї по вертикальних брусках підшивають чисту шпунтовану дошку.

Перекриття підвалу зроблені зі збірних залізобетонних пустотних плит. Перекриття першого поверху - дощате, по балках перерізом 100х200(h) мм і з кроком між ними - 750 мм. Знизу до балок степлерними скобами кріплять плівку (пароізоляція) і підшивають чисту шпунтовану дошку. Зверху по балках настилають підлогу із сухої шпунтованої дошки товщиною 40- 50 мм.

(Продовження у наступному номері)

Давне мистецтво зведення кам'яної стіни

В основі кладки з каменю лежить принцип, що не існує двох однакових за формою каменів. На відміну від виконаних заводським способом цеглин і блоків, що з'єднуються в акуратний, із прямокутним малюнком шаблон, з різних за формою каменів формується довільна, мозаїчного типу кладка, повторити яку вже неможливо. Нестандартні форми будівельного каменю надають конструкції неповторного вигляду, але одночасно створюють серйозну проблему - як з'єднати камені, щоб кладка вийшла суцільною і міцною.



Рис.2.

Нижній ряд будь-якої кам'яної стіни, як самостійної (рис.1) так і лицювальної (рис.2), повинен розташовуватися на міцному фундаменті. Камені, які викладають безпосередньо по фундаменту, надійно закріплюють у шарі розчину, щоб запобігти їх зсування по плоскій поверхні фундаменту.

Оскільки розчин звичайної консистенції може бути видавлений зі стику масивним будівельним каменем, при кам'яній кладці використовують твердіший розчин. Для твердого каменю, типу граніту, змішайте 1 частину портланд-цементу з 3 частинами піску; для більш м'якого каменю до 1 частини цементу додають до 7 частин піску. Води доливають на 20% менше, ніж у звичайний розчин. Кінцевий розчин, зібраний у грудку, не повинен розпадатися.

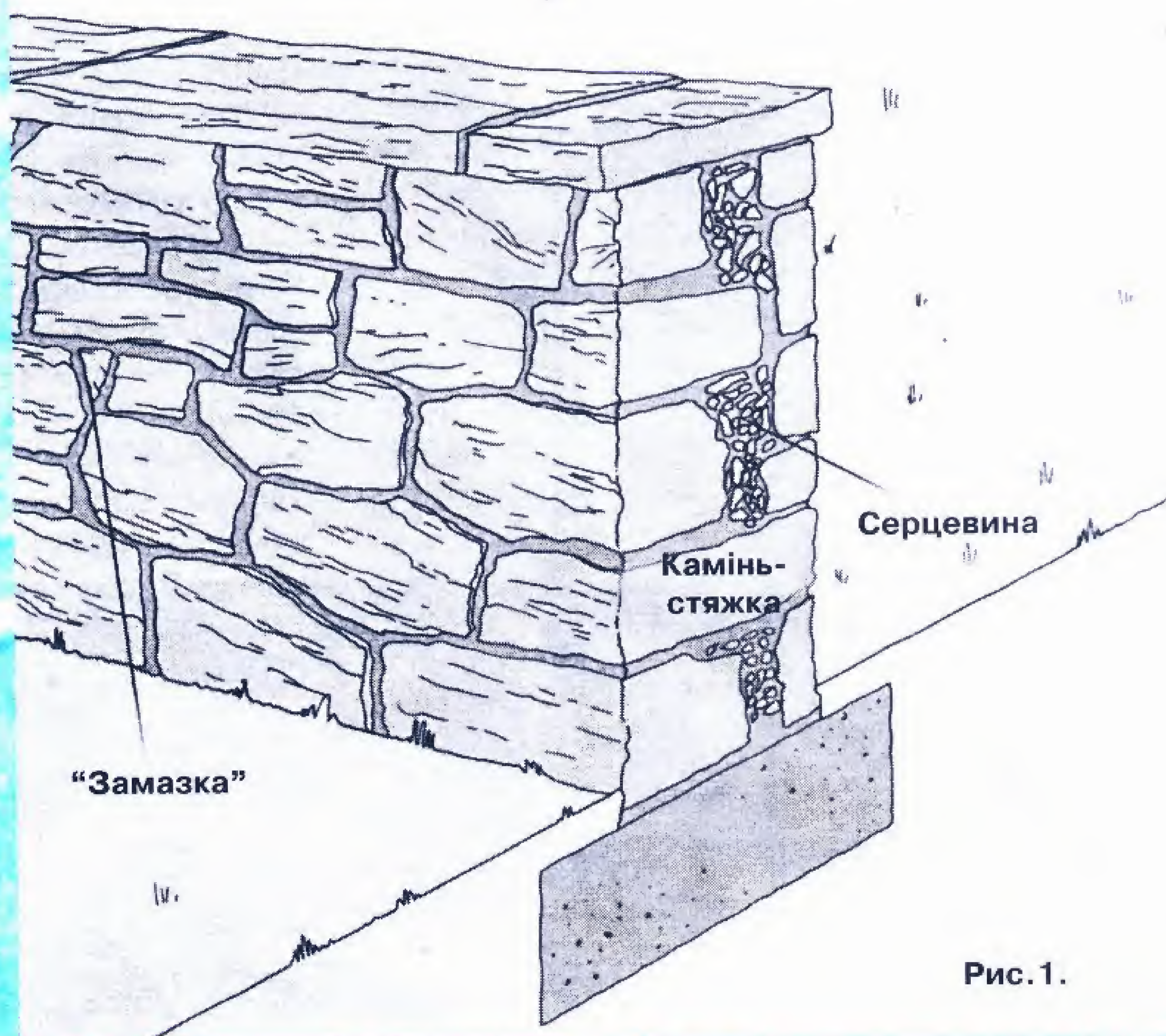


Рис.1.

Два типи кам'яної кладки: суцільна і лицювальна

Подвійна кам'яна стіна. Кам'яна садова стіна, що складається з двох лицьових поверхонь, складених з великого і дрібного каменю, зведена на міцному і широкому бетонному фундаменті. Фундамент і нижній ряд кладки, що складається з великих каменів, які вільно стикуються один з одним, кріпляться за допомогою товстого шару розчину. У наступних рядах великі і дрібні камені кладуть упереміш. Дрібні, неправильної форми камені називають "замазкою" і використовують для закладання широких зазорів між каменями кладки. Проміжки між лицьовими поверхнями заповнюють битим каменем і розчином. Поперек цієї серцевини через кожні 300 мм укладають довгі камені-стяжки, як стирчаки в цегельній кладці, що скріплюють обидві лицьові поверхні. Для підвищення міцності вертикальні стики суміжних рядів намагаються розміщати в ша-

ховому порядку. Як перекриття використовують плитняк товщиною 65 мм, який кладуть на розчин поверх завершеної кам'яної кладки.

Перед початком роботи відсортуйте камінь і відберіть зручні для установки по кутах кладки: великі прямокутні камені із суміжними площинами, розташованими під прямим кутом один до одного, або ті, котрі легше розколоти за потрібною формою. На око прикиньте співвідношення каменів приблизно прямокутної форми до безформних, а також великих каменів до дрібних. У цій же пропорції беріть камені при зведенні стіни, з'єднуючи камені різної форми і розміру, щоб одержати рівномірний малюнок кладки.

Кладку виконуйте не кваплячись і ретельно, оцінюючи як естетичні, так і конструктивні характеристики кожного викладеного каменю. Шар розчину для кожного каменю наносять окремо. Камені розміщають так, щоб їх верхні поверхні розташовувалася врівень або під нахилом до серцевини. У цьому випадку, крім розчину, камені на місці буде утримувати і сила ваги.

Перший ряд кладки вирівнюють по розмічальних мотузках, натягнутих між панелями профілів. Далі мотузку кріплять до штифтів чи цвяхів, вставлених у розчинні стики. При роботі завжди намагайтеся розміщати великий масивний камінь поверх 2-3 дрібніших, щоб рівномірно розподілити його вагу. Щоб у стіні не з'явилися вертикальні тріщини, не допускайте розташування вертикальних стиків у суміжних рядах на одному рівні.

Кам'яна кладка вимагає терпіння: якщо досвідчений майстер за день може викласти до 20 кв. м кладки з бетонних блоків, то з каменю - всього 5.

Лицювальна стіна. Складена в товщину одного каменю, така стіна є декоративною, хоча досить міцною, щоб триматися самостійно, і зводиться на такому ж фундаменті, що і базова стіна з бетонних блоків. Шаблон кладки нагадує шаблон кладки самостійної кам'яної стіни. Відмінність полягає в тому, що призначення лицювальної кладки - підтримувати не всю конструкцію, а саму себе. Кожен камінь обкладають розчином з усіх боків, крім лицьового. Для посилення зчіплення лицювальної і базової кладки використовують стяжки, що гнуться, із нержавіючої сталі, одним кінцем прикручені до бетонних блоків.

Укладання на розчин першого ряду

Встановлення кутових каменів (рис.3). Нанесіть шар розчину товщиною 25 мм на кут фундаменту, орієнтуючись по розмічальних мотузках, натягнутих між профілями. Укладіть кутовий камінь на розчин, також вирівнявши його по розмічальних мотузках. Додаючи розшивкою розчин під основу каменю, добийтеся, щоб обидві лицьові поверхні каменю розташовувалися строго вертикально. Викладіть перший ряд з великих каменів приблизно однакового розміру, залишаючи між ними 15-міліметровий проміжок. По кутах укладайте кутові камені так, як описано вище.

Якщо після встановлення каменю ви вирішите його зняти, обов'язково промийте його, щоб видалити залишки розчину. Завершивши кладку першого ряду, зніміть розмічальні мотузки і дайте розчину затвердіти.

Заповнення вертикальних стиків (рис.4). Наберіть розчин на кельню і, використовуючи її як піддон, за допомогою розшивки закрийте розчином вертикальні стики між каменями. Додавайте розчин, поки камені не будуть міцно заклинені; не переборщіть, щоб не зрушити камені. Якщо розчин виповзає зі стику, зберіть його кельнею і помістіть в серцевину стіни.

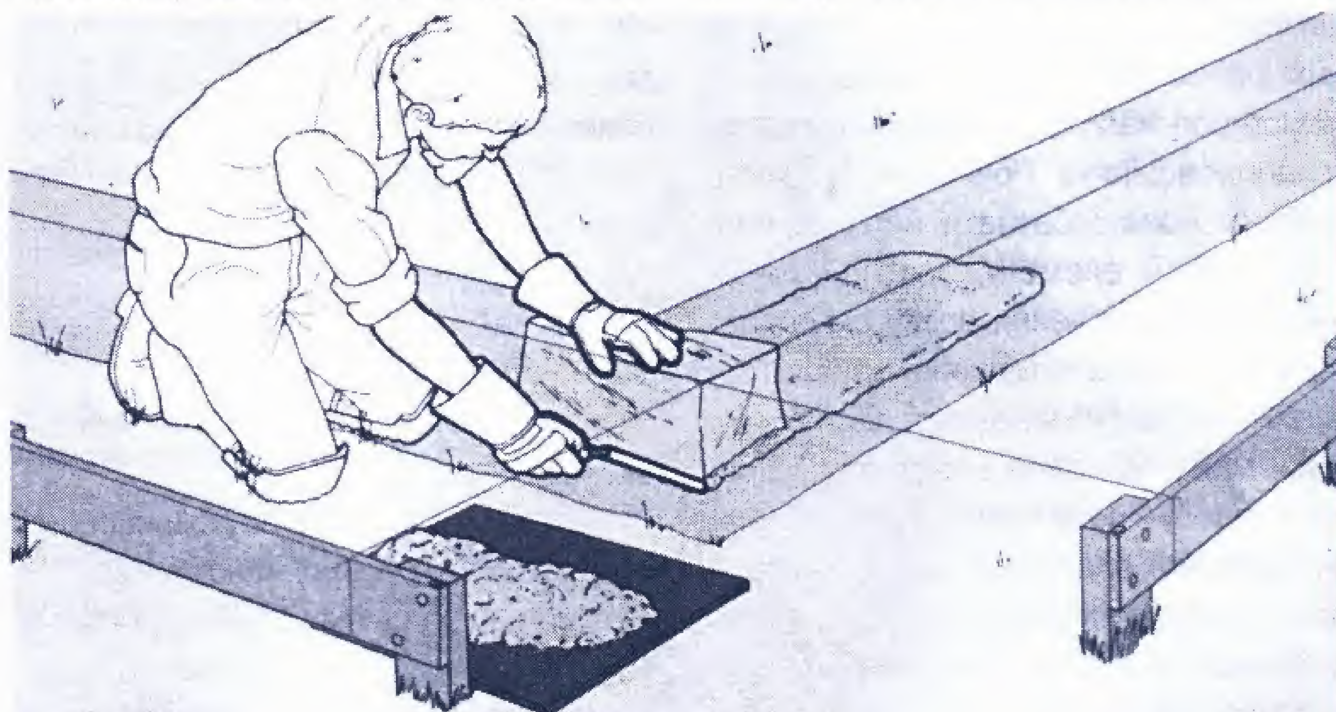

Рис.3.


Рис.4.

(Продовження у наступному номері)

Пінополістирол. Що це?

На прохання наших читачів Тацінця Ігоря Миколайовича із с. Солопівино Богородчанського р-ну Івано-Франківської обл. та Войдеховича Генадія Станіславовича із м. Апостолово Дніпропетровської обл. наводимо матеріал про пінополістирол.

Пінополістирол уже тривалий час використовують як теплоізоляційний матеріал для сучасного будівництва. Інколи його називають стиропором, за назвою вихідного матеріалу, що застосовують для його виробництва. Існують два види пінополістиролу: спінений (ППС) і екструдований (ЕПС).

Спінений полістирол виробляють шляхом спінення гранулятора з наступним спіканням спінених часток. Пінополістирол характеризується низькою теплопровідністю. При цьому міцність дозволяє застосовувати його як конструктивний елемент, здатний нести значні навантаження протягом тривалого часу. Пінополістирол не є гігроскопічним, дифузія водяної пари також дуже мала. Важлива властивість пінополістиролу - його довговічність. Він не змінює своїх властивостей і розмірів ні при тривалому контакті з водою, ні при багаторазових впливах змінних температур. Пінополістирол - екологічно чистий матеріал. Стирол, з якого його виготовляють, складається з вуглецю й водню. Пентан, що застосовується як пароутворювач, одержують із нафти. Потрапляючи в атмосферу, він швидко розкладається на воду і вуглекислий газ. При горінні пінополістиролу утвориться вода і вуглекислий газ, що характерно для горіння інших органічних матеріалів, наприклад, дерева. Пінополістирол має необхідну хімічну стійкість. Донедавна широке застосування цього матеріалу обмежувалося його горючістю. Але на сьогоднішній день у будівництві застосовуються незаймисті або самозагасаючі марки пінополістиролу. Вони містять спеціальні добавки антипірени, що придушують самостійне горіння, яке може спостерігатися тільки у прямому контакті з відкритим полум'ям. Якщо контакт із відкритим полум'ям припинений, припиняється і горіння пінополістиролу. Краплі, що утворюються від розплавлення, не можуть служити джерелом подальшого поширення вогню. При температурі більше 100°С матеріал починає повільно розм'якшуватися й усідатися. Але в будівельних конструкціях такі температури практично не зустрічаються. У той же час уже з'являються марки, призначені для робочих температур до 110°С. Пінополістирол не може довго протистояти впливу ультрафіолетових променів. У результаті тривалого (близько двох місяців) сонячного опромінення поверхня плит стає коричневою і поступово перетворюється у пил. Перед обробкою пінополістирол необхідно ретельно очистити від цього пилу.

Як утеплювач стін пінополістирол застосовують у системах:

- зовнішнього утеплення "мокрого" типу;
- з утеплювачем із внутрішньої сторони огороджувальної конструкції;
- з утеплювачем усередині огороджувальної конструкції (шарувата кладка, тришарові бетонні чи залізобетонні панелі, тришарові "сендвіч-панелі" із металевими обшиваннями).

Одне з перспективних застосувань пінополістиролу - виробництво теплоізоляційних фасадних плит, що представляють собою тришарову конструкцію з двох шарів полістиролбетону і шару пінополістиролу між ними. Вони мають невелику щільність (200-250 кг/м³), завдяки чому легко монтуються на фасаді традиційним способом (клей плюс дюбелі). Крім того, теплоізоляційні плити з полістиролбетону мають високі теплофізичні і міцністні характеристики та відмінні показники довговічності.



Застосування пінополістирольних плит у конструкції шаруватої кладки: А, Б - конструкції шаруватої кладки, У - у системі теплоізоляції "мокрого типу"; 1 - внутрішня штукатурка, 2 - цегельна кладка, 3 - пінополістирол, 4 - армуючий захисний шар, 5 - штукатурка.

Екструдований пінополістирол. Поряд із нульовою капілярністю і незначним водопоглиненням екструдований пінополістирол (завдяки своїй структурі) має надзвичайно високу міцність на стиск, а також стабільні теплоізоляційні характеристики, що значно перевищують середні значення більшості інших ізоляційних матеріалів. Він морозостійкий і довговічний, хімічно стійкий (за винятком органічних розчинників, безводних кислот і бензину) і не піддається гниттю. Може приклеюватися гарячим бітумом. Теплоізоляційні властивості таких пінополістиролів залежать від технологічних параметрів їх одержання. Закрита вічкова структура матеріалу забезпечує незначну зміну теплопровідності у вологих умовах, що дозволяє з успіхом застосовувати екструдований пінополістирол у конструкції підвалів як зовнішню теплоізоляцію без додаткової гідроізоляції. Проведені випробовування показали, що такий пінополістирол зберігає свої теплоізоляційні властивості після 1000 циклів заморожування-відтавання. При цьому зміна термічного опору не перевищує 5%. Межа міцності при стиску залежить від товщини й щільності. Нині розроблені нові різновиди пінополістиролу, у яких удалося значно знизити горючість за рахунок уведення в матеріал більш ефективних антипіренів. Завдяки цьому нові види пінополістиролу вже належать до групи матеріалів, що важко загоряються. Стандартні марки розрізняються між собою теплотехнічними характеристиками, середньою щільністю й міцністю при стиску. За замовленням можливе виробництво й інших марок. Наприклад, виробляється спеціальна

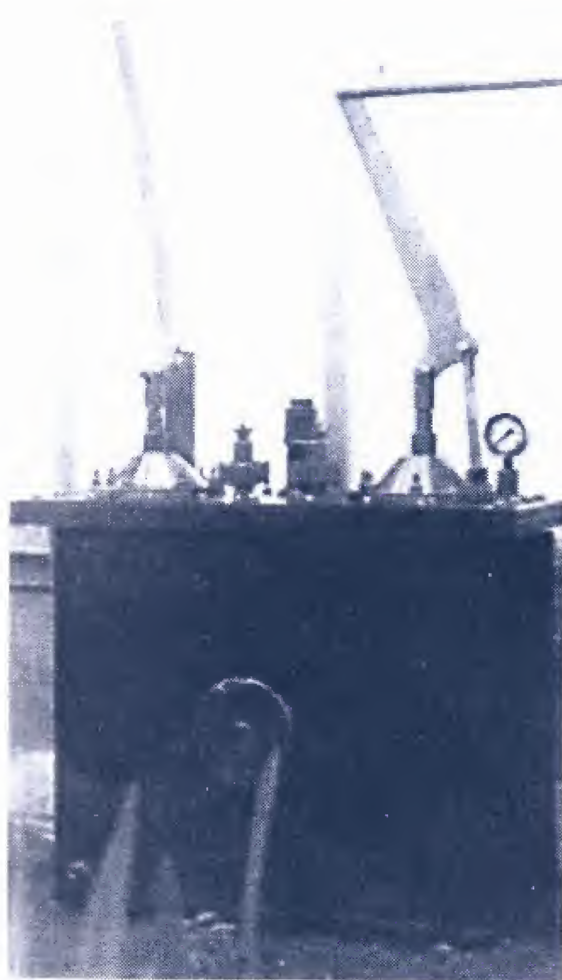
марка, яка має тиснену поверхню. Це поліпшує адгезію та дозволяє ефективно застосовувати клейові й штукатурні матеріали. Для полегшення укладання й запобігання утворенню "містків холоду" плити випускають з різними конфігураціями крайок: прямокутні, з обраною чвертю і "шип-паз". Екструдований пінополістирол легко обробляється (добре ріжеться, легко піддається припасуванню з використанням звичайного ножа) і надзвичайно простий у монтажі. Працювати з ним можна за будь-яких погодних умов. Обираючи клейові сполуки варто керуватися вказівками виготовника щодо їх придатності для склеювання пінополістиролу. Екструдований пінополістирол має досить високу хімічну стійкість. Деякі органічні речовини, включаючи ті, що містять розчинники, засоби для захисту деревини, кам'яновугільну смолу і її похідні (креозол, і т.д.), розріджувачі для фарб, а також загальновикористовувані розчинники (ацетон, етилацетат, нафтовий толуол, уайт-спирит, і т.д.), можуть привести до розм'якшення, усадки і навіть розчинення плит. Рекомендується використання адгезивів, що не містять у своєму складі усіх перерахованих вище речовин. Плити можна зберігати на відкритому повітрі в оригінальній упаковці, але при цьому їх необхідно охороняти від впливу сонячного світла для запобігання руйнуванню верхнього шару плит. Високі теплотехнічні характеристики екструзивного пінополістиролу дають можливість використовувати його для теплоізоляції огороджувальних конструкцій, зокрема, при вирішенні наступних завдань:

- ізоляція "містків холоду";
- ізоляція фундаменту, стін підвалів і підземних споруджень;
- внутрішня теплоізоляція стін;
- теплоізоляція фасадів будинків "мокрого" типу з наступним нанесенням на теплоізоляційні плити штукатурки або інших лицювальних матеріалів;
- теплоізоляція будинків зсередини, із наступною обробкою сухою штукатуркою, гіпсокартоном, дерев'яними панелями та ін.;
- виготовлення "сендвіч-панелей".

Можливо також застосування екструдованого пінополістиролу при монолітному домобудівництві. Перед заливанням бетону для перекриття вздовж зовнішньої поверхні бетонної плити викладають ряд теплоізоляційних плит. Плити із шорсткуватою поверхнею забезпечують гарне зчеплення бетону зі штукатуркою, а також можуть бути використані у вертикальних конструкціях (віконних прорізах, парапетах, балконах), де забезпечать необхідну адгезію з клеями і матеріалами.

"Розумна" теплиця

Відомо, що люди, які мають присадибні ділянки, дуже схожі на рибалок. Одні вихваляються своїх уловом, а інші - урожаєм. Звичайно, приємно узимку дістати з банки хрумких огірочків до духм'яної, щойно з вогню картопельки, а на десерт - попити липового чаю з полуничним варенням та згадати, як навесні, коли вдарили неочікувані морози, ви мчали на дачу рятувати розсаду. Напевно, якщо б була теплиця, то усих цих проблем не було б. Але ж і теплиця потребує постійного нагляду - та ще й якого. Не встиг закрити - усе промерзло, не відкрив вчасно - ніжна зелень попріла або й узагалі згоріла на сонці. Як добре було б мати простого за конструкцією, дешевого, доступного у виготовленні та надійного у експлуатації "робота", який би закривав і відкривав тепличні рами. Звичайно, можна використати електричний привод, але це ціла проблема.



Пропонуємо вам інший спосіб вирішення цього важливого завдання, який грунтується на принципі зміни об'єму рідини при коливаннях температури.

Візьміть відрізок труби діаметром 400 мм і довжиною 0,5 м. До одного торця приваріть заглушку, до другого болтами через фланцевий роз'єм з ущільнювачем пригвинтіть кришку, на ній змонтуйте поршні з важелями і горловиною, куди заливається рідина. Регулятор температур - діафрагма. При зміні температури рідина тисне на поршні, вони через важільний механізм передають рух рамам теплиці.

Щоб пристрій працював плавно, поставте два поршні, один для бокових, другий для верхніх рам. Механізм за допомогою регулятора можна настроїти на будь-який інтервал: від 14-16°С (початок відкривання рам) до 28-30°С (кінець відкривання рам), від 16-18°С до 30-32°С і т.д. Це залежить від тих культур, які ви вирощуєте у теплиці.

Як буде діяти такий "робот"? Коли температура повітря дійде, наприклад, до 18°С починається повільне відкривання бокових рухомих рам, вони можуть відкриватися частково або повністю у залежності від температури. Якщо бокові рами відкрились повністю, а температура у теплиці продовжує підніматися, скажімо, до +30°С, відкриваються і верхні рухомі рами. Тепер рами відкриті повністю, і температура у теплиці починає знижуватися. Але оскільки знизиться і температура у ємності, тиск буде падати, поршень тепер уже під дією ваги рам опуститься - верхні рами прикриються. У разі подальшого зниження температури під дією пружин закриються і бокові рами теплиці.

Використовувати для такого пристрою можна будь-яку розповсюджену й дешеву рідину: мастило, бензин, гас або ацетон. Ущільнювач теж найпростіший - гумові кільця. Діафрагму регулятора можна взяти з гальмової камери автомобіля. Від важільного приводу рух до рам теплиці передається через вали, зібрані з водопровідних труб.

Експлуатуючи такого "робота" ви упевнитися у тому, що це добросовісний, акуратний і надійний помічник.

Тож гарного вам урожаю!

Піч-камін

У дачному будинку при влаштуванні опалення за допомогою грубки у багатьох забудовників виникає бажання мати одночасно з опалювальною піччю також камін. Таке поєднання цілком виправдане: опалювальна піч необхідна для обігрівання приміщень; камін зі швидкою віддачею променистої теплоти і добре вентилюючи приміщення, створює додатковий комфорт і затишок, особливо у негоду. Тепловіддача опалювальної частини печі-каміна становить -2200 ккал/год, що достатньо для обігрівання приміщення площею до 25 м².

Розглянемо камін для кімнати площею 16-20 м². Кількість матеріалів, необхідних для спорудження такого теплового агрегату, зазначено в таблиці (без врахування фундаменту і труби). Для кладки варто використовувати тільки червону глиняну цеглу пластичного пресування або шамотну вогнетривку. Міцність на стискання від 100 до 200 кг/см².

Від якості цегли залежить зовнішній вигляд спорудження. При використанні неякісної цегли (погана геометрична форма, чи цегла, що вже використовувалася), поверхню печі-каміна потрібно буде оштукатурити чи затерти, а потім пофарбувати вапняною побілкою.

За 2 дні до кладки варто заготовити глиняно-піщаний розчин у співвідношенні 1:1 (для тощої глини), 1:2 (для жирної), консистенції "густої сметани".

Червону глиняну цеглу змочують водою, шамотну тільки обполіскують.

Товщина швів кладки не повинна бути більше 5-6 мм. При спорудженні каміну слід звернути увагу на деякі особливості. Якщо до печі-каміна прилягає дерев'яна стіна, то обробку (вона показана на схемах жовтим кольором) не слід перев'язувати з основним масивом.



У 1-му ряду формуємо подіум каміна.

На 2-му і 3-му ряду закінчуємо формування подіуму каміна; ставимо піддувальні дверцята, залишаємо навпроти них зольник печі. Усі дверці кріпимо у кладці за допомогою відпаленого сталевого дроту діаметром 2-3 мм, а рамки дверцят обмотуємо азбестовим шнуром.

На 4-му ряду одночасно з перекриттям зольників каміна і печі встановлюємо колосникові грати.

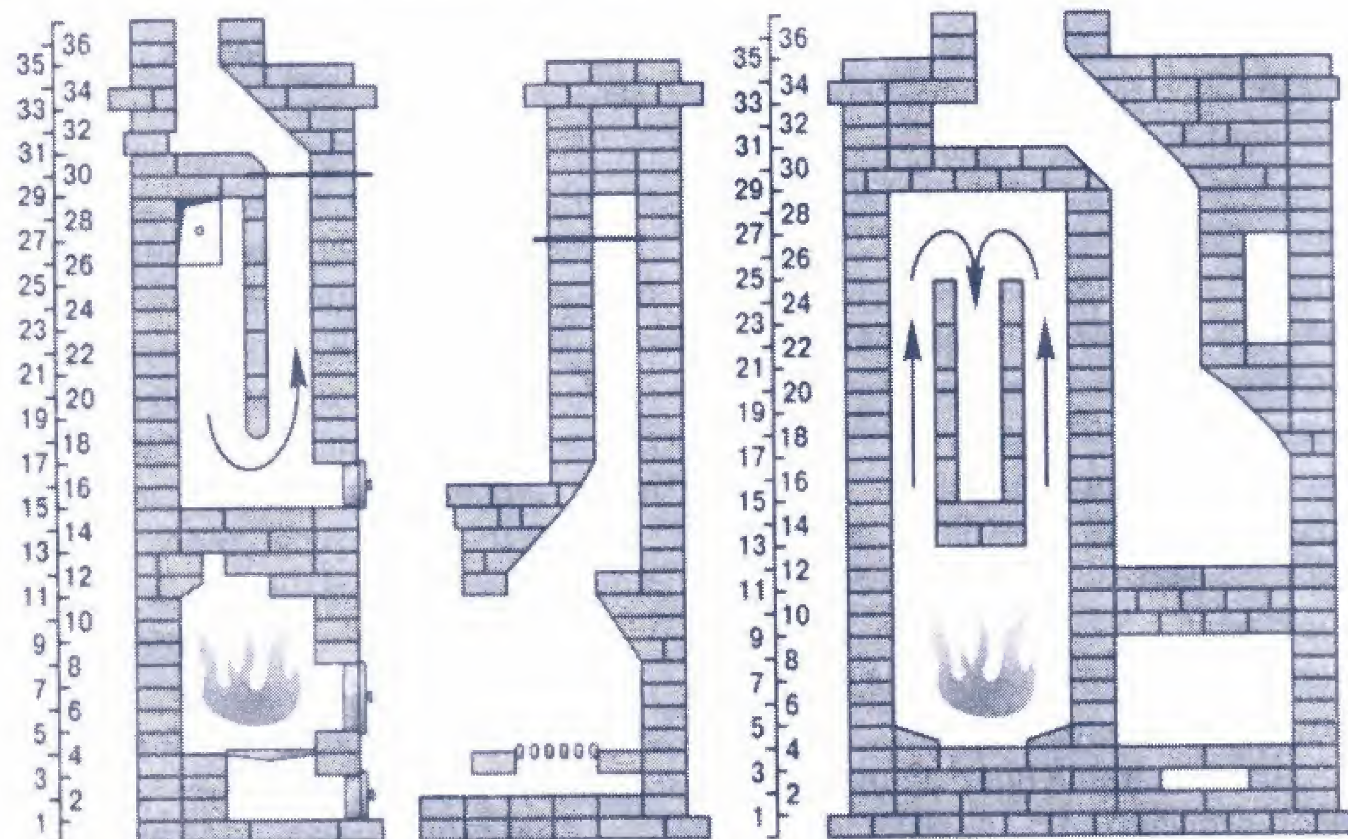
На 6-му ряду ставимо топкові дверцята печі.

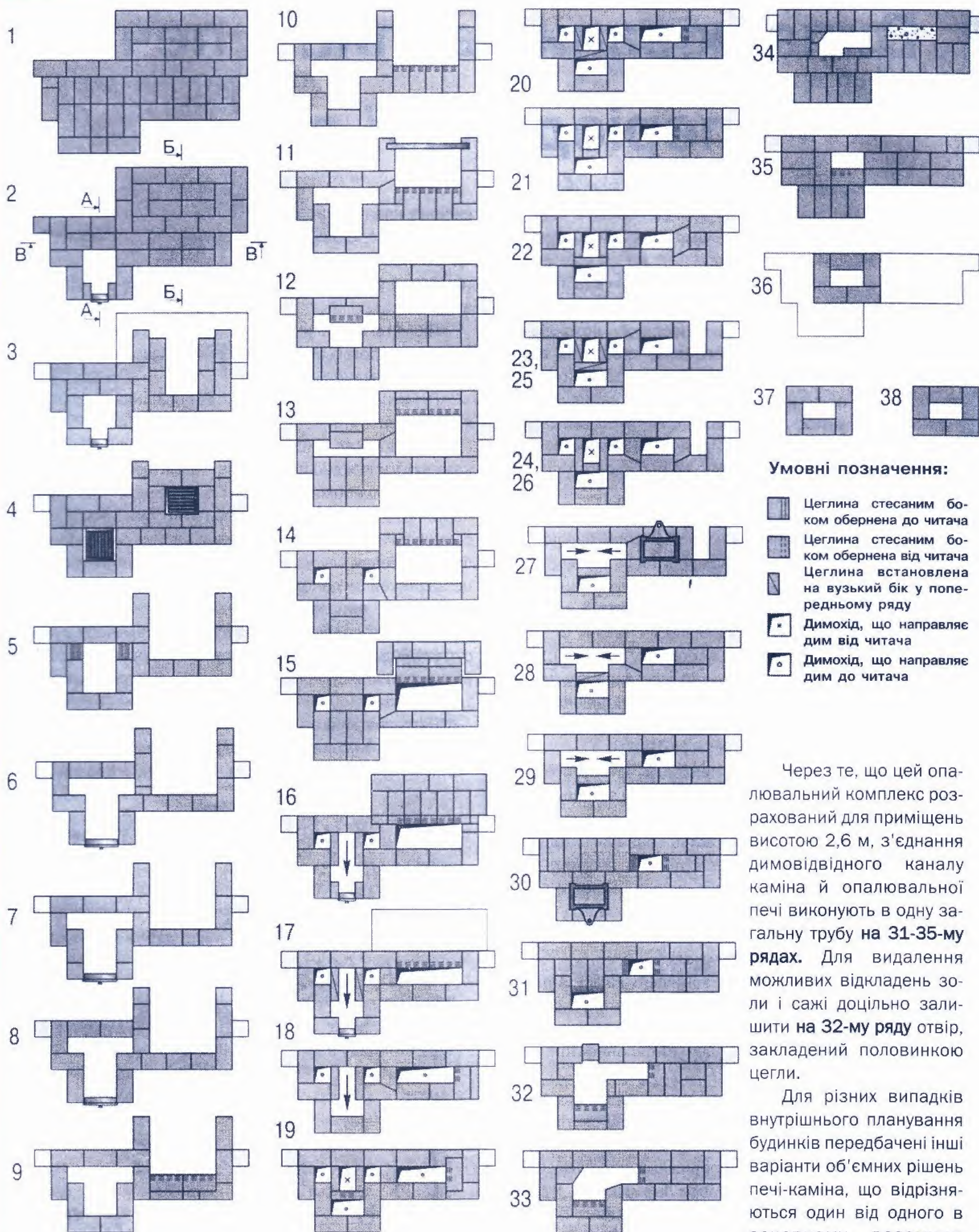
З 9-го по 11-й ряди робимо напуск задньої стінки топливника каміна (формуємо "димовий зуб"). Нахил становить близько 60° до горизонту.

На 12-му ряду портал каміна перекриваємо з використанням металевого кутика із шириною полиці не менше 63 мм і довжиною 60 см.

З 13-го по 17-й ряди ведемо нахил внутрішньої частини передньої стінки порталу каміна. Нахил повинний бути плоским. Для цього одну з граней цеглин обтісуємо кирочкою чи обрізаємо за допомогою відрізної машини.

На 14-15 рядах перекриваємо топливник печі і для відводу гарячих газів залишаємо 2 канали розміром 140х140 см.





Через те, що цей опалювальний комплекс розрахований для приміщень висотою 2,6 м, з'єднання димовідвідного каналу каміна й опалювальної печі виконують в одну загальну трубу **на 31-35-му рядах.** Для видалення можливих відкладень золи і сажі доцільно залишити **на 32-му ряду** отвір, закладений половинкою цегли.

Для різних випадків внутрішнього планування будинків передбачені інші варіанти об'ємних рішень печі-каміна, що відрізняються один від одного в *основному взаємним* розташуванням топливників каміна і печі. Всі вони виявилися надійними й економічними в експлуатації.

На 16-му ряду встановлюємо дверці для прочищення печі.

На 22-му ряду закінчуємо формування коминкового димозбірника, що переходить в димовідвідний канал перерізом 140х270 см.

На 27-му ряду закладаємо засувку каміна.

Засувку печі ставимо **на 30-му ряду.**

Випалювання вапна у печах періодичної дії*

Найпростішим типом печі періодичної дії є піч-купа. Випалювання вапна у такій печі можна робити на паливі з довгим та коротким полум'ям.

Піч-купу для палива з довгим полум'ям влаштовують таким чином. На горизонтальній площадці або на площадці з невеликим уклоном, окреслюють коло діаметром біля 2-3 м. У межах цього кола проводять планування по горизонтальній площині. По окресленому колу розкладають великі постелисті шматки вапняку, залишаючи вільним проміжок довжиною 70-80 см, там, де планується зробити очелок. Паралельно діаметру кола, який проходить через середину незакладеного проміжку, окреслюють межі очелка.

Очелок повинен мати ширину 70-80 см, а глибину - на 80 см коротшу діаметра кола. По краях очелка розкладають великі постелисті камені, так само, як по зовнішньому контуру печі. По першому ряду зовнішнього контуру викладають у перев'язку ще два ряди постелистого каменю, причому із зовнішньої сторони викладці надають невеликого уклону всередину печі (10:1) для більшої стійкості кладки. Простір між очелком та зовнішніми рядами викладених каменів заповнюють у накид великим вапняковим каменем, причому не обов'язково постелистим.

Після цього починають викладку четвертого і наступних рядів кладки, притримуючись для зовнішньої поверхні печі раніше прийнятого уклону всередину печі, а стіни очелка викладають з більш значним напуском всередину, щоб у межах четвертого й сьомого рядів отримати викладку, що нагадує склепіння. Коли бокові ряди кладки очелка зблизяться на 15-20 см, то утворену щілину перекривають постелистими каменями і таким чином замикають перекриття очелка.

Паралельно з викладкою зовнішніх каменів печі та очелка ведуть заповнення каменем простору між очелком та бортами печі. Після викладення очелка розпочинають викладку каналів для видалення продуктів горіння.

Один канал викладають у центрі печі з постелистих каменів у вигляді труби перерізом 30х30 см. Навколо цього каналу розподіляють по колу ще до 10 каналів діаметром 12-15 см. Для утворення цих каналів у товщу кладки печі встановлюють відповідну кількість жердин, надаючи їм форму майбутнього каналу з невеликим уклоном назовні, і обкладають їх каменем. Піч вище очелка викладають меншим каменем, ніж у нижніх рядах. Для зовнішньої поверхні печі та на обкладання жердин і середнього каналу підбирають крупніші шматки.

На рис. 1 зображено розріз і план печі-купи для палива з довгим полум'ям. Висота печі біля 2 м, її закінчена кладка має форму зрізаного конуса. Верх печі роблять з невеликим підйомом у вигляді пологого купола. Закладені у піч жердини у процесі випалювання вигорають і утворюють канали для відведення продуктів згорання.

Після того як кладку закінчено, піч ззовні обмазують глиною (шаром 5 см), а якщо у подальшому з'являються тріщини, їх затирають.

Піч-купа для палива з коротким полум'ям зображена на рис. 2. Її влаштування схоже на вище описане. Різниця полягає лише у тому, що при завантажуванні каменю у піч одночасно завантажується і вугілля, яке вкладають шарами, чергуючи з каменем. Такі печі, як правило, дещо заглиблюють у грунт, приблизно на висоту очелка. У разі використання палива з коротким полум'ям очелок слугує для його розпалювання (робиться це зазвичай за допомогою дров).

Узагалі, випалювання вапна у печі-купі - найбільш примітивний спосіб виробництва цього матеріалу і має суттєві недоліки. Піч-купа обдувається з усіх сторін вітром, що викликає її охолодження і вимагає значних витрат палива.

Випалювання вапна починають із підсушування печі. Для цього у очелку розводять слабке вогнище і під-

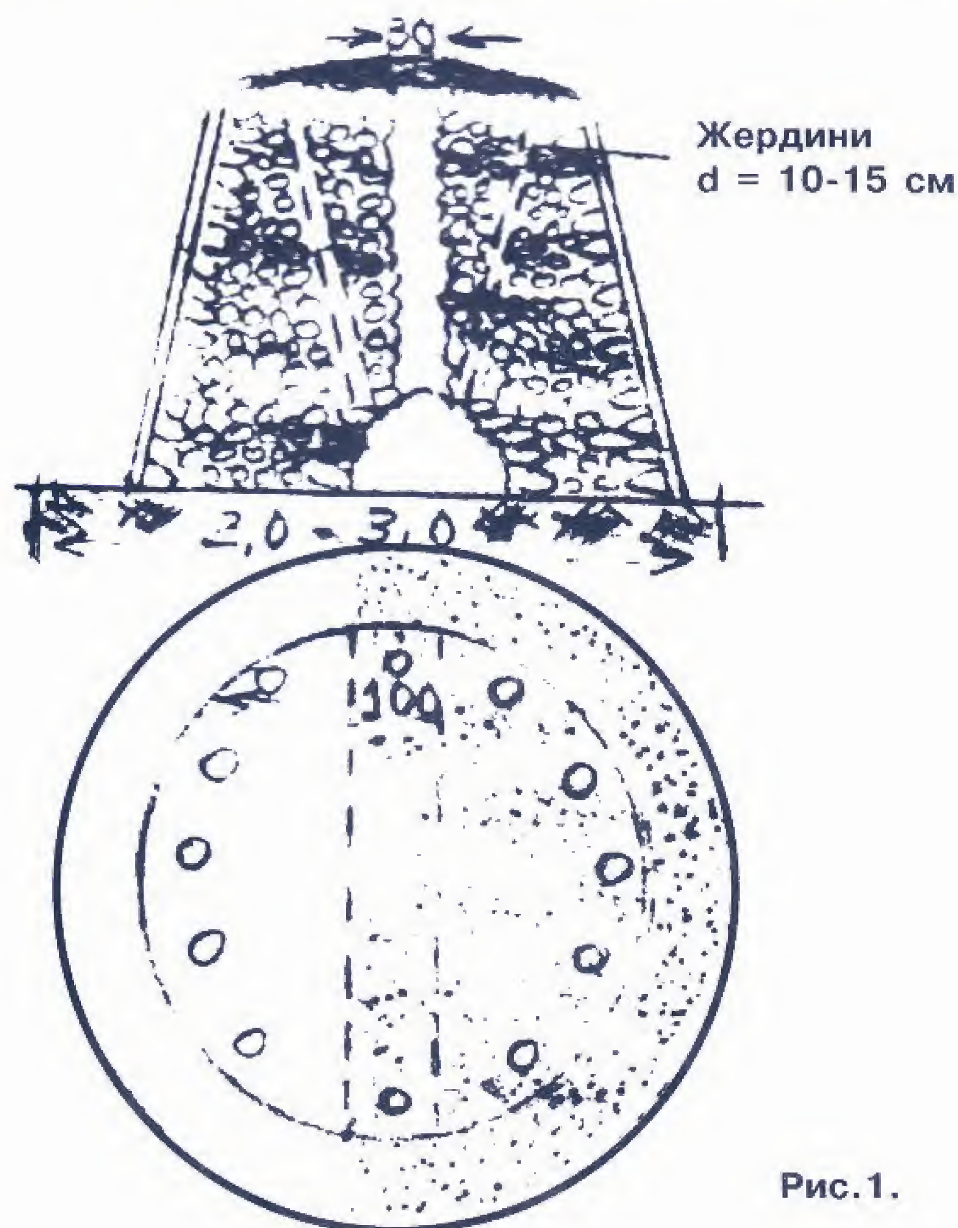


Рис.1.

*Автора статті просимо вислати копію ідентифікаційного коду для нарахування гонорару.

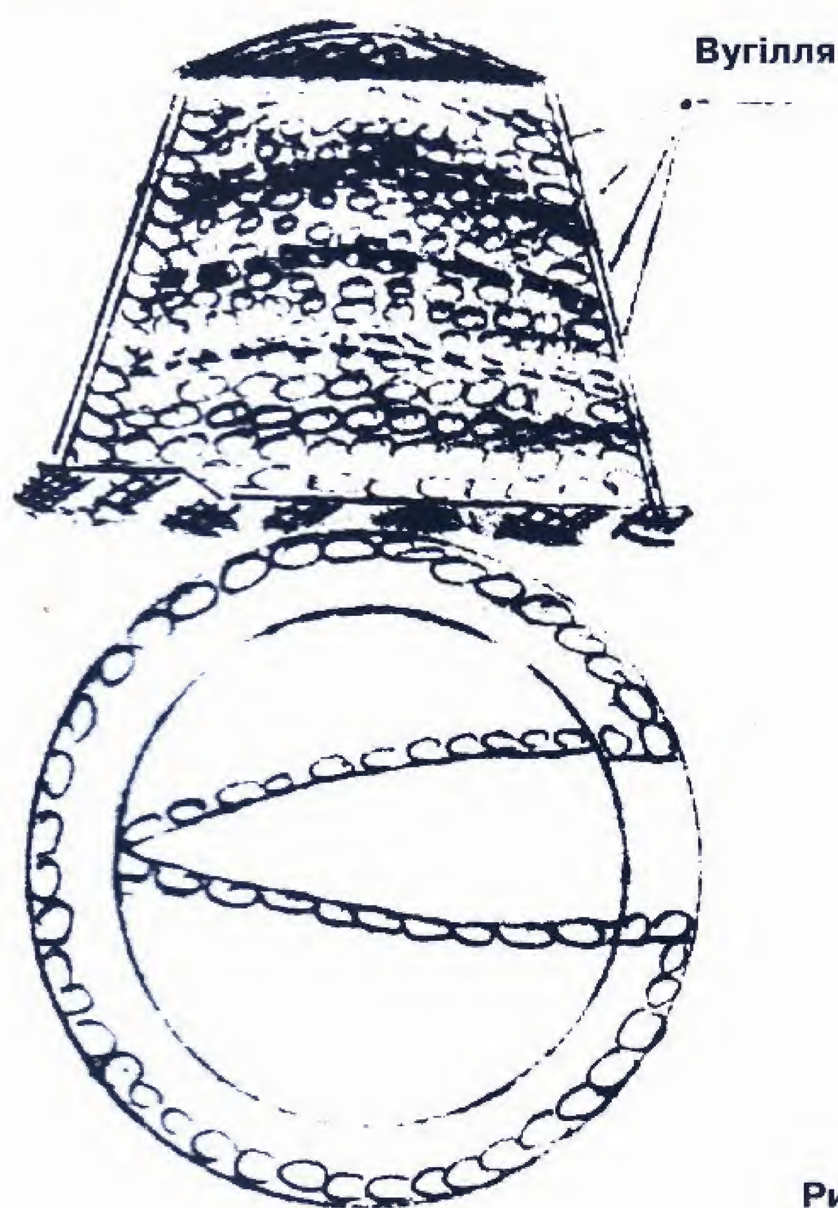


Рис.2.

тримують його протягом 2-х діб. Цей період характеризується виділенням зверху печі сірого диму разом із парою, що є свідоцтвом випаровування вологи з каменю.

Наприкінці другої доби дим темніє і з цього часу протягом 5-7 днів підтримується інтенсивне вогнище у очелку. Паливо, що добре розгорілося, проштовхують кочергою у глибину очелка, і на звільнене місце закладають нове паливо. Тяга регулюється прикриванням очелка листовим залізом.

При випалюванні вапна на паливі з коротким полум'ям розпалювання проводять до початку загорання вугілля у печі. Після цього закладання палива у очелок припиняють і лише регулюють подачу повітря у піч залізними листами, які притулені до очелкових отворів. За вогнищем спостерігають через вертикальні шахти. Крім улаштування шахт для того, щоб полегшити вихід газів із товщі печі, у обмазці поверхні печі залишають не замазаними кругові отвори діаметром 25-30 см. Ці отвори розташовують у шаховому порядку. Ознакою закінчення випалювання вапна є посвітління диму й осідання верху печі, який наприкінці випалювання стає плоским.

Насамкінець зазначу, що на випалювання вапна у періодичних печах витрачається досить значна кількість палива й витрати його на 1 тону вапна становлять:

дрова - 2.0-2.5 м³;
торф - 2,5-3.0 м³;
вугілля - 0,5-0,6 т

Мазур М.С.

Шановні читачі!

Плани будинку, зображеного на обкладинці, будуть наведені у наступному номері.

Слушні поради!

Квіти на вашому вікні

Який колір обрати?

Для чого ми розводимо кімнатні рослини? Для краси й затишку. Але запам'ятайте – в спальні, де багато рослин, погано спиться. Вдень рослини поглинають вуглекислий газ і виробляють кисень, поліпшуючи повітря в квартирі. А вночі-виділяють вуглекислоту. Тому саме у спальні не тримайте багато квітів. Один, два вазони – і все.

Встановлено, що більшість жінок віддають перевагу яскраво квітучим рослинам, чоловіки люблять блакитні квіти, діти – рожеві, яскраво-червоні, жовті, помаранчеві, сині. Молодь вибирає червоні й оранжеві квіти. Фахівці стверджують: червоні яскраві квіти збуджують, активізують працездатність. Рожеві айстри, герань, троянди даруйте меланхолікам-такі квіти їх підбадьорять. Тонізуюче діє помаранчевий колір. При депресії допомагають настурція, нагідки, коробочка фізаліса.

Жовта хризантема повинна бути у вас на столі під час інтенсивної розумової роботи, що вимагає напруження зору. Зелені кімнатні рослини взимку створюють позитивні емоції. Крім того, зелений колір корисний для втомлених очей. Заспокоюють нерви сині й блакитні квіти: незабудки, барвінок, волошки, дзвоники. Фахівці вважають, що милування блакитним букетом-пасивний відпочинок.

А якщо треба підбадьоритися, доречним буде букет в бурякових, яскраво-червоних, фіолетових тонах – іриси, півонії, темні флокси.

Надійно захистіть себе і своє помешкання від непроханих гостей

Коли ви вирішили поїхати у відпустку чи залишити на годину дитину саму, не завжди замислюєтеся про небезпеку свого помешкання від непроханих гостей. Стовідсоткових рецептів захисту від грабіжників не існує, але треба дотримуватися деяких правил.

У першу чергу подумайте про встановлення міцних металевих дверей. Сьогодні вони вже не є ознакою високого рівня добробуту і дуже непогано захищають від любителів поживитися надурняк.

Не пошкодуйте грошей на складний, надійний замок. Річ у тім, що деякі типи звичайних замків у кваліфікованого грабіжника не потребують навіть відмички.

Краще встановити досить дорогу систему охорони. Але іноді врятовує і простий пристрій. Головне не повідомляти код сигналізації стороннім. Навіть близька людина може випадково стати джерелом інформації для квартирних злодіїв.

Якщо ви їдете надовго, попіклуйтеся про те, щоб поштова скринька не була переповнена кореспонденцією. Проблему цю можна вирішити по-різному. Дати ключ від скриньки сусідам чи написати заяву у відділ доставки пошти з проханням не доставляти листи і газети за цією адресою.

Не говоріть із сторонніми людьми про плани, заробітки чи великі придбання. Проінструктуйте дітей, щоб вони не розповідали про це у дворі чи школі. Розмови з сусідкою можуть почути ті, кому це не слід чути.

Привчіть дітей не відчиняти двері чужим. Краще домовитися про умовний дзвінок.

Якщо ви заселились у будинок, познайомтесь зі всіма сусідами. Це може бути корисним, якщо вам хтось подзвонить чи постукає у двері і буде видавати себе за одного з ваших сусідів.

БЛАГОУСТРІЙ ДАЧІ

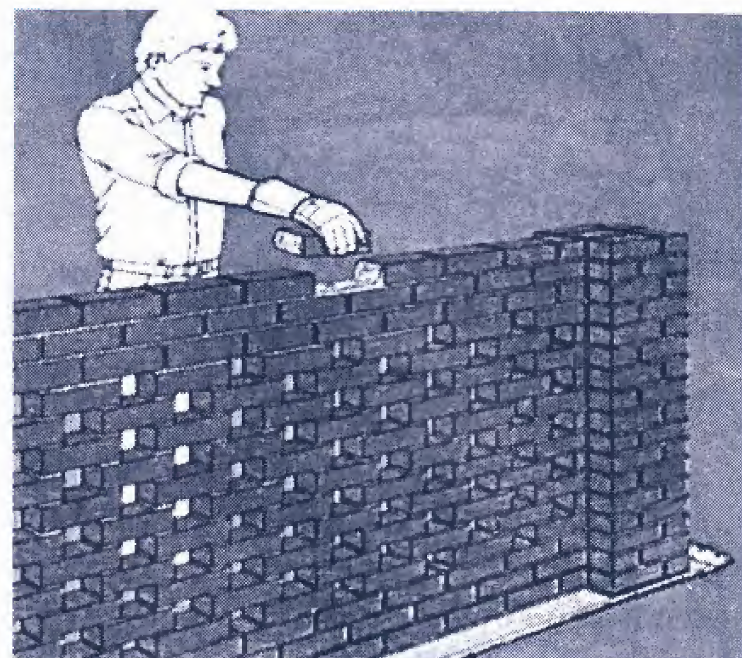
Мурована стіна

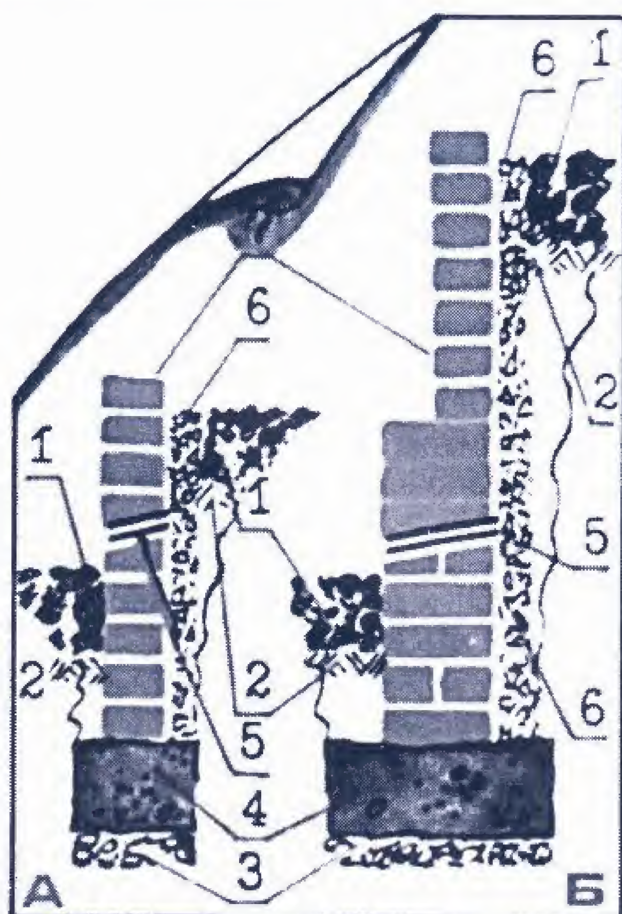
Підпірна стіна з цегли, крім свого прямого призначення - укріплювати схил, несе ще й декоративну функцію. Особливо гарний вигляд вона має на присадибних ділянках, де будинок також споруджений з цегли.

За конструктивною схемою цей варіант нагадує викладений з природного каменю і має аналогічний фундамент з монолітного неармованого бетону. Для кладки слід використовувати нормальну або морозостійку цеглу глиняного пластичного пресування. Товщина стінки залежить від її висоти і розташування цегли: якщо кладка ведеться у одну цеглину, то товщина стінки складатиме 215 мм, у півцегли - 102,5 мм, у півтори - 327,5 мм.

Підпірну стінку, висотою у вісім рядів цегельної кладки (600 мм) можна упевнено зводити товщиною у півцеглини. Більш високу можна посилити пілястрами, розташовуючи їх через декілька метрів (див. таблицю 1). Вони повинні бути розміщені рівномірно і позначати різкі повороти та обриви стін.

Другий варіант підсилення - розширення нижньої частини стінки (5-6 рядів) до 1,5-2 цеглин (таблиця 2). Підпірна стінка товщиною у півцеглини, як правило, викладається тільки з ложків (довга сторона цегли), але можна імітувати й інші види кладки, розколюючи цеглу навпіл.





Мурована стіна: 1 - родючий шар ґрунту; 2 - ґрунт; 3 - основа фундаменту (гравій); 4 - неармований монолітний бетонний фундамент; 5 - дренажні трубки; 6 - дренаж; 7-підпірна стіна; А - рівномірна підпірна стіна; Б - підпірна стіна з розширеною нижньою частиною.

Табл.1.

Висота стінки, мм	Кількість рядів	Відстань між пілястрами, мм
750	10	4700
1500	20	4300
22503	30	3800

Табл.2.

Висота стінки, мм	Кількість рядів	Товщина стінки, мм	Кількість цегли, шт.
до 900	до 12	215	1
900-1350	12-18	327,5	1,5
1350-1800	18-24	440	2

Щоб визначити необхідну кількість цегли, треба прикинути площу кладки: для стінки товщиною у півцеглини потрібно на 1 кв.м 62,2 шт., а в одну цеглину - на 1 кв.м 124,5 шт. Можна скористатись й іншим розрахунком: 1000 штук складає 16 кв.м для стіни у півцеглини або 8 кв.м для товщини у одну цеглину.

Розчин складається з однієї частини цементу, трьох частин мілкого піску і такої кількості води, щоб розчин залишався на кельмі і при нахилі падав цілою грудкою. Розчин слід використати протягом 1-1,5 год., інакше він почне схвачуватися й утратить пластичність. Розшивати шви по ходу кладки рекомендується, коли цемент трохи затвердіє. Їхній профіль не повинен утоплюватися у кладку. Перший ряд кладки роблять із дренажними отворами для відведення води від стіни. Найпростіший спосіб - заробити у вертикальні шви пластмасові трубки. Їх укладають із невеликим нахилом у бік нижньої тераси.

ПЕРЕДПОКІЙ

(Закінчення. Початок у №4'2002)

Сходи

Сходи з'єднують різні поверхи чи рівні житлових приміщень. Таким чином, вони є провідниками енергії Ци між нижніми і верхніми кімнатами. Вдало розташовані сходи можуть направити доброчинну енергію в усі куточки будинку; погано розташовані сходи порушать рух енергії і погіршать фен-шуй приміщення. *Ось кілька рекомендацій по розташуванню і формі сходів:*

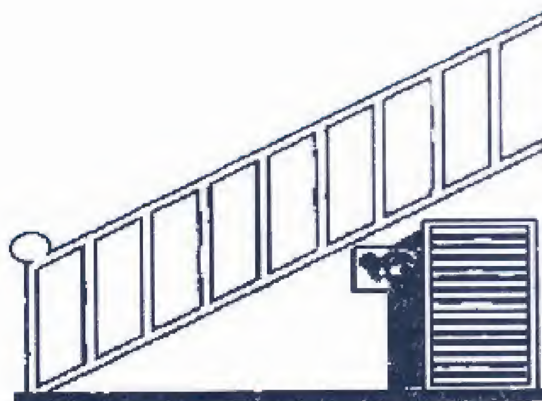
! *спіральні сходи*, особливо з крутими східцями, не рекомендуються, тому що вони підсилюють негативну енергію. Енергія повинна підніматися плавно і безперешкодно. Якщо вона починає закручуватися чи всмоктуватися в лійку, то здобуває руйнівні властивості. Злегка вигнуті сходи не вважаються спіральними; для цього вони повинні зробити хоча б один повний оборот навколо своєї осі;

! *вузькі сходи* з невеликими площадками на кожнім поверсі (чи між поверхами) створюють поганий фен-шуй. Енергія, що тече по довгим вузьким сходам, подібна потоку вітру в аеродинамічній трубі: вона неприборкана і непередбачувана. Для протидії їй необхідні рішучі заходи, що можуть змінити енергетичну конфігурацію будинку;

! *сходи повинні бути широкими, а східці - низькими.* Це полегшує рух енергії, не говорячи вже про фізичний підйом і спуск. Уникайте сходів із високими східцями.

Ділянки під сходами

Під сходами часто можна бачити купу старих газет, відра та інші непривабливі предмети. Але місце під сходами не обов'язково повинне бути схожим на смітник. Його можна використовувати для поліпшення фен-шуй вашого будинку.

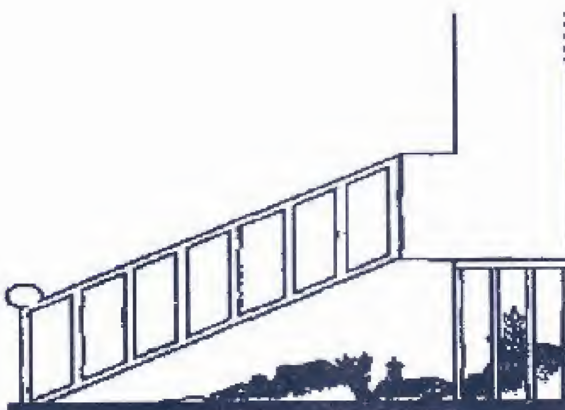


Комора

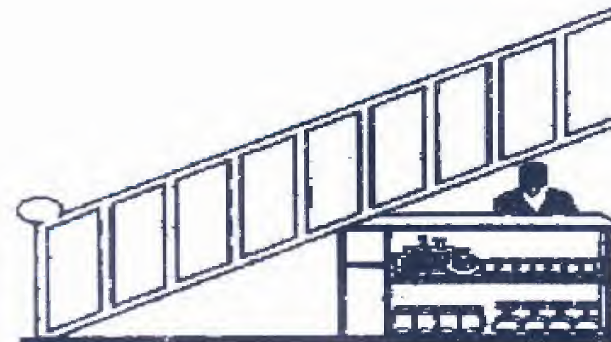
Під сходами можна улаштувати невелику убудовану комору для взуття, щіток, віників і інших інструментів. Якщо двері знаходяться на одному рівні зі стінкою, а поруч розташований плакат, картинка чи декоративна рослина, це гарний фен-шуй.

Опора

Якщо до сходів примикає вентиляційна шахта, можна розібрати нижню частину стінки, що відокремлює простір під сходами від провідника повітря. Тоді внизу можна влаштувати "домашній садок". Рослини, висаджені там, будуть символізувати взаємну підтримку і гарні відносини між мешканцями будинку.



У деяких будинках можна зустріти міні-бар, утиснутий у кут під сходами. Таке рішення навряд чи можна назвати гарною ідеєю, тому що по сходам ходять люди, і людина за стійкою виявляється в підлеглому положенні, що особливо несприятливо для хазяїна будинку.



Проходи і коридори

З передпокою енергія Ци поширюється по будинку через проходи і коридори - багато в чому так само, як вона протікає по меридіанах людського тіла. Тому важливо переконатися в тім, що Ци рухається вільно, але не безладно. Довгі порожні коридори, звичайно діють людям на нерви і змушують їх несвідомо прискорювати крок. Двері, що ведуть у довгі коридори, дозволяють негативній енергії безперешкодно проникати в кімнати. З іншого боку, якщо Ци застоюється в глухих куточках,- це створює відчуття похмурості і зневіри.

Щоб енергія Ци не рухалася занадто швидко і по прямій лінії, найкраще повісити на стіни дзеркала, що створюють ефект хвилеподібного руху. Багато чого також можна зробити за рахунок настінних прикрас, неяскравих світильників і підвісних горщиків із виткими рослинами, якщо дозволяє місце.

Взагалі проблеми, пов'язані з коридорами, найчастіше зустрічаються в офісних будинках, ніж у домашній обстановці. Однак, якщо у вас велика квартира чи окремий будинок, на це теж варто звернути увагу. Як і в передпокоях, у коридорах варто підтримувати чистоту і рівновагу Інь-Ян, користаючись порівняно нейтральним тоном шпалер чи стінної оббивки.

Урзікова О.В.

Фарбуємо поверхні

Фарбування стін, дерев'яних конструкцій та інших поверхонь є чи не найпопулярнішою серед робіт, що виконуються господарем самостійно. Тим більше, що сучасні фарби та удосконалені інструменти значно спрощують цю роботу, і навіть любителі-початківці досягають професійних результатів.

Типи фарб

Фарба утворює на поверхні, на яку її наносять, плівку. Ця плівка повинна вирішувати три завдання: ховати під собою поверхню, захищати її та бути стійкою. Усі фарби складаються з трьох основних компонентів: пігменту, зв'язуючої речовини та носія. Пігмент надає плівці колір і покрівельну властивість. Зв'язуюча речовина зв'язує частинки пігменту у суцільну плівку, коли фарба висихає, а також "приєднує" плівку до поверхні. Раніше як зв'язуючу речовину використовували олію льону - в олійних фарбах, або клей - у клейових. До складу сучасних фарб входять синтетичні смоли, наприклад, алкідні, акрилові, вінілові та поліуретанові. Третьою складовоі фарби є носій. Він робить фарбу текучою та гладкою при нанесенні і випаровується при її висиханні.

Від співвідношення пігменту та зв'язуючої речовини у фарбі залежить вигляд, який вона матиме після висихання. Чим більше пігменту, тим тьмяніша фарба. Регулювання цього співвідношення дає можливість виробникам робити фарби, що висихають до матових, напівматових або блискучих, глянцевих. Вибір залежить від вашого власного смаку та від якості поверхні, що фарбується: глянцеве оброблення виявляє недоліки, а матове приховує їх.

Фабри, що використовуються у будинках, мають різні носії. У фарбах на водній основі пігмент та зв'язуюча речовина знаходять у воді у вигляді дрібних частинок. Цю схожу на молоко емульсію звичайно називають водоемульсійною фарбою (у США її часто називають латексною). Коли вода випаровується, краплинки зливаються у суцільну плівку фарби. В алкідних фарбах (у США їх називають олійними, хоча для деяких видів застосовується термін "алкідні") пігмент та зв'язуюча речовина зважені у розчинникові на основі гасу, вони сохнуть довше, ніж фарби на водній основі. Після висихання такі фарби зберігають характерних неприємний запах, який може викликати алергічну реакцію. Саме усвідомлення шкоди, якої завдають деякі розчинники здоров'ю людей, зробило застосування таких фарб непопулярним. У деяких країнах вони взагалі заборонені.

До складу фарб входять також і інші добавки, що покращують їх властивості. Одна з них робить фарбу тиксотропною, тобто такою, що не капає. Це дозволяє набирати на щітку більше фарби та наносити її більш тонким шаром; часто досить покрити поверхню один раз.

При виборі фарб слід враховувати:

- декоративні властивості покриття - його структуру, ступінь блиску;
- експлуатаційні властивості покриття (стійкість до миття, до механічних навантажень, до забруднюючого фактора, до погодних і агресивних впливів, можливість ремонту, довговічність, захисні властивості);
- спеціальні вимоги до покриттів для забезпечення особливих функцій;
- вартість одного квадратного метра покриття.



Підбираючи фарби для оздоблення поверхонь, звичайно, важливо враховувати їх технологічні характеристики, але не забувайте і про колір, адже він також має неабияке значення.

Кольори прикрашають середовище, в якому ми живемо, вкладають певний зміст у наше життя, і в той же час по-різному впливають на нас. Кожний колір має свою мову, виражає щось неповторне. *Жовтий* має теплі, збуджуючі властивості. Від цього кольору людина стає більш динамічною й веселішою. *Зелений* сприяє врівноваженості, створює почуття прохолоди, заспокоює. Не підлягає сумніву той факт, що *синій* колір є одним із найбільш заспокійливих. Він впливає на людину, створюючи почуття ніжності, любові та свіжості. Для збереження концентрації найкращим є *фіолетовий* колір. Оскільки фіолетовий колір символізує величчя та шляхетність, йому завжди надавали перевагу королі. *Червоний* є ідеальним для темпераментних та активних людей. *Оранжевий* нагадує про вогонь та тепло. *Рожевий* символізує жіночність, весну та аромат квітів. *Білий* колір є символом спокою та чистоти. *Чорний* - урівноваженість і серйозність.

Крім того, що кольори впливають на психіку людини, вони також можуть збільшувати, зменшувати, розширяти чи звужувати приміщення, в яких ми живемо, а також можуть зробити наші будинки вищими або нижчими. Отже, починаючи фарбувати поверхні у вашому будинку, оберіть для себе найоптимальнішу колірну гаму, щоб почуватися у власній оселі на всі сто.

Перш ніж розпочинати фарбування поверхонь, необхідно провести цілий комплекс підготовчих заходів, головна мета яких - мінімізувати проникнення вологи у стіни.

Наприклад, перед фарбуванням фасадів слід зробити ремонт карнизів, відливів, водостічної системи, і т.д. Необхідно також провести заходи щодо гідроізоляції фундаментів, а також перевірити і при необхідності відремонтувати гідроізоляцію між цоколем і стінами, щоб перешкодити підйому ґрунтових вод. Без усіх перерахованих заходів фарбування не буде ефективним.

Далі необхідно визначити ті вимоги до матеріалів покриттів, що впливають на якість і терміни проведення опоряджувальних робіт. До числа цих вимог входять:

- технологічні вимоги - тиксотропність, зручність нанесення, покрівельна здатність, забезпечення рівномірної плівки, час висихання й ін.;
- екологічна безпека матеріалу;
- вартість матеріалу.

І лише після проведення усіх цих робіт можна приступати до фарбування.

Позначення лакофарбових матеріалів літерами та цифрами

1. Літери українського алфавіту, заголовні - позначають плівкоутворюючу речовину - її умовну, скорочену назву, що прийнята у лакофарбовій промисловості.

Наприклад:
ПФ - пентафталеві
ГФ - гліфталеві
НЦ - нітроцелюлозні
КО - кремнійорганічні
ХВ - хлорвінілові
ПВХ - перхлорвінілові
КФ - каніфольні
ОС - олійностирольні
АК - акрилові
ВА - вінілацетатні
ОА - олійні
БТ - бітумні
ЕП - епоксидні
КЧ - каучукові
ПЕ - поліефірні
НП - нафтополімерні

*Якщо перед указаними символами стоять заголовні літери **ВД** - це означає, що фарба воднодисперсійна, якщо **ВЕ** - водоемульсійна.*

2. Перша цифра, що стоїть у марці фарби за літерою - позначає галузь застосування фарби, емалі чи лаку.

0 - ґрунтовка
00 - шпаклівка
1 - атмосферостійка для зовнішніх робіт
2 - для внутрішніх робіт
3 і 4 - консерваційні фарби
5 і 6 - спеціальні емалі та фарби за спеціальним переліком лакофарбової промисловості
7 - хімічні стійкі
8 - термостійкі
9 - електроізоляційні

Далі подається докладніша характеристика, яка не дуже потрібна споживачу, наприклад, для матеріалів на оліфі:

1 - натуральна оліфа
2 - оксоль
3 - гліфталева
4 - пентафталева
5 - композиційна

У кінці може стояти номер розробки, цифрові позначення доходять до 4 знаків.

З вище перерахованого можна визначити, наприклад, ОА-15 - олійна фарба для зовнішніх робіт, на композиційній оліфі.

Системи фарб

Один шар фарби занадто тонкий, щоб утворити міцну плівку. Для отримання гарного красивого покриття необхідна система фарб, що складається з кількох шарів. Їх кількість залежить від типу фарби та від характеру поверхні, що фарбується.

Перший шар - шпаклівка, яку використовують, коли потрібно, наприклад, зберегти у дереві натуральну смолу або попередити всмоктування фарби у пористу поверхню.

Другий шар - ґрунт, що забезпечує надійне приставання фарби. На металевих поверхнях він також захищає метал від корозії або окислення. Ґрунт може діяти і як шпаклівка.

Третій шар - підшарок; він робить плівку гнучкою, а також є непоглинаючою основою для однорідного покриття четвертим, і останнім, лицьовим шаром, що утворює остаточний колір.

Для стін, які зазвичай фарбують водоемульсійною фарбою, застосовують систему лише з двох або трьох шарів однієї фарби, якщо не потрібна шпаклівка чи грунтовка для виправлення таких дефектів поверхні, як запиленість, висока лужність або пористість. Тоді першим накладають тонкий шар розчиненої фарби. Ґрунт необхідний у тих випадках, коли стіни покривають алкідними фарбами.

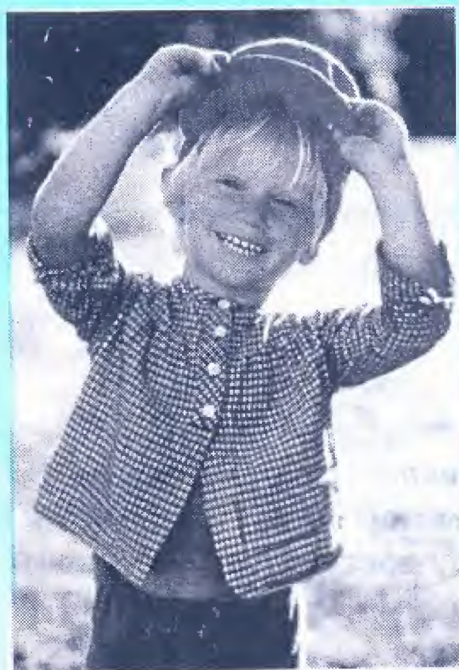
Обробляючи поверхні, у першу чергу наносять шелак на сучки, щоб смола не проступала крізь шар фарби. Потім - ґрунт для дерева (водоемульсійний чи алкідний), підшарок і лицьовий шар. Щоб прискорити процес фарбування, виробники останнім часом почали випускати комбінацію ґрунту з підшарком - глянцеву фарбу, що сама утворює підшарок і потребує лише ґрунтовки.

Метал, як правило, ґрунтують. Для сталі використовують ґрунт із фосфату цинку, для алюмінію випускаються спеціальні ґрунти. Потім накладають підшарок і лицьовий шар, як для дерева. Мідь, бронзу та свинець можна фарбувати без ґрунту, якщо вони добре підготовлені і ретельно промиті уайт-спиритом (розчинником для фарби).

Чищення малярного інструменту

Фарбу можна розчинити водою або уайт-спиритом (розчинником), в залежності від її типу. Після роботи з водоемульсійними фарбами мийте інструмент у мильній воді, а після роботи з олійними фарбами - в уайт-спириті або у спеціальному очиснику для щіток. Фарбу, що затверділа, замочіть на ніч в очиснику, а коли вона розм'якне, промийте гарячою водою.

Підготувала **Чикільова О.І.**



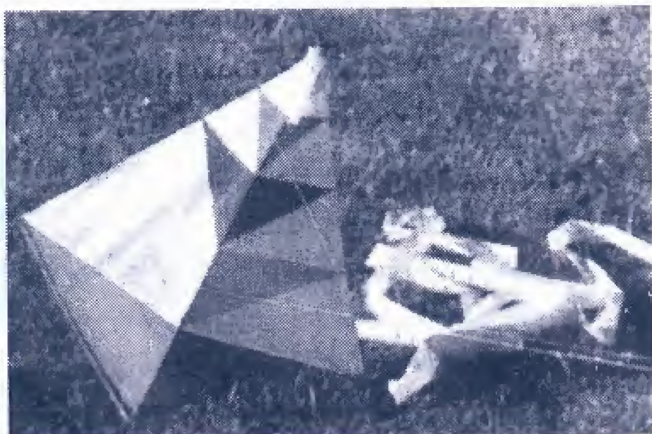
Запустіть у небо птаха!



Підготовка до запуску. Хвіст повітряного змія - поліетиленова трубка - кріпимо карабінчиком у місці з'єднання двох строп управління змієм.



Запуск з помічником. Помічник береться за середній прутик і підкидає змія проти вітру. Старт полегшується при легкому натягуванні шнура.



Самостійний запуск з землі потребує досвіду. Змія ставимо на дзьоб проти вітру. Натягуючі стропи вкладаємо навхрест. Під час старту треба сильно тягнути за шнур.

Непомітно пройшла весна, настала пора відпусток, і ось ви вже сидите у затінку на дачі. Звичайно, є робота на присадибній ділянці: треба прополоти грядки, полити квіти, підладнати огорожу. Та не забувайте, що дача не лише для того, щоб напрацюватись до сьомого поту, але й для відпочинку. Відпочивати ж, як відомо, треба весело й цікаво, а головне - активно. У цьому номері ми пропонуємо вам зробити разом з дітьми різнокольорового повітряного змія, який буде буяти у блакитному небі, щоб урізноманітнити сонячні дні спекотного літа. Зробити його неважко. І ваша дитина із задоволенням прийме у цьому участь. А коли прийде час його запускати, скільки радості ви побачите у дитячих очах, та й самі, напевно, захопитесь і згадаєте повітряного змія з вашого дитинства.

Майстрування різнокольорових паперових зміїв було найулюбленішою розвагою для нас і наших батьків. Для цього було досить трохи обгорткового паперу, декілька метрів тонкого шпагату, декілька прутиків та хвіст з прив'язаними до нього паперовими кокардами. У теплі дні виходили на луг, щоб запускати у небо цю яскраву конструкцію, зроблену власними руками.



Все залежить від того, хто запускає повітряного змія. Легкі ривки, кілька кроків назад – і повітряний змій полетить навіть при невеликому вітрі. Тепер важлива тільки робота рук. Але навіть якщо ви цього ніколи не робили, то декілька практичних спроб навчать вас цій майстерності.

Старі змії мали мало спільного із сучасними саморобними зміями, а тим більше з видом спорту, яким стало запускання повітряних красенів. Сьогодні їх роблять зовсім інакше, використовуючи сучасні матеріали, нейлонові тканини або парашутні, лавсан. Від своїх попередників він відрізняється і хвостом, який виконується з поліетиленової трубки довжиною більше 15 м, або зі смуги щільного поліетилену чи легкої тканини: достатньо лише зшити тканину у трубку або проклеїти місця з'єднання по стику.

Перш ніж розпочинати робити повітряного змія, уважно роздивіться фото. Суттєвими є не тільки пропорції розмірів змія, але й розміщення невеликих отворів у матеріалі його покриття, що дають місце для кріплення строп змія і трубки, яка буде його хвостом. У точках проходження достатньо проколоти поверхню чим-небудь гострим. Через отримані отвори протягуємо і кріпимо стропи, закріплюючи вузли каплею клею (для цього підійде ПВА або "Момент"). Для строп можна використати тонкий капроновий шнур або риболовну волосінь 0,4-0,5 мм.

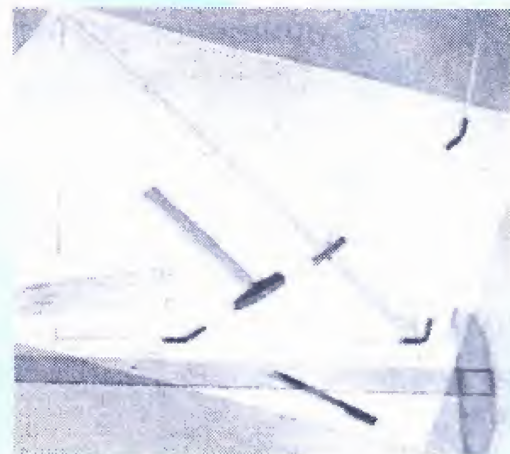
І не впадайте у відчай, якщо у вас немає усіх необхідних матеріалів. Наприклад, не обов'язково використовувати нейлонову тканину,

можна взяти й звичайну кальку (правда, вона боятиметься вологи і не буде досить міцною) або ж поліетилен з-під старого кулька. Прутики можна вирізати з дерева, а пластикові - знайти практично у будь-якому господарському магазині (до речі, палички, на яких зараз будь-де продаються звичайні повітряні кульки, теж підійдуть). З'єднувальні хрестовини можна замінити планками, які треба перев'язати нитками у місцях перехрещування. Для надійності у місця кріплення капніть трохи клею, і тоді нитки зроблять цю конструкцію достатньо міцною. А ось кокарду нехай зробить ваша дитина. Вона із задоволенням прикрасить її кольоровими клаптиками, папером або плівкою.

Поверхню змія розфарбуйте фарбами, які після висихання стійкі до вологи. У крайньому випадку, якщо таких фарб немає, скористайтесь звичайною аквареллю. Але в такому разі не запускайте змія під дощем. Щоб навчитися запускати конструкцію, краще вийти на луг, у те місце, де він не зможе розбитися.

Змій готовий.

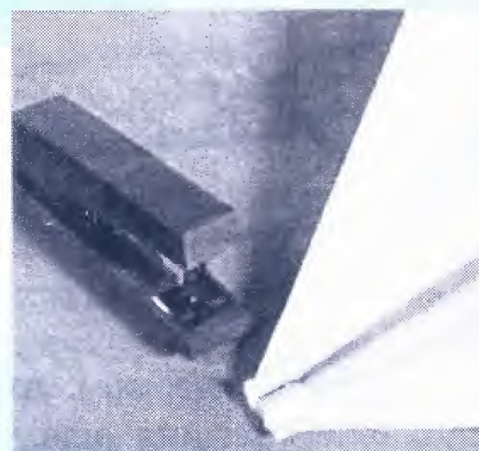
Запускайте і радійте!



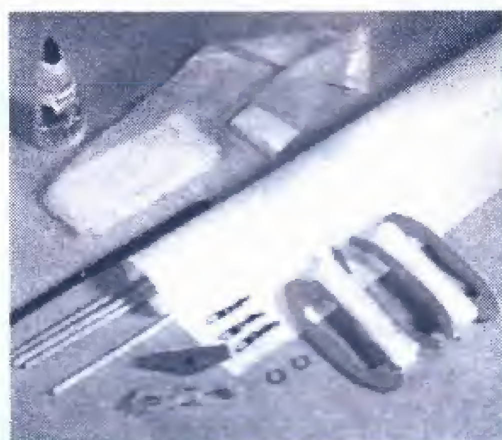
4. Зібрану конструкцію прикрашають малюнком, що символізує змія. Для цього перевертаємо змія навколо середнього прутика.



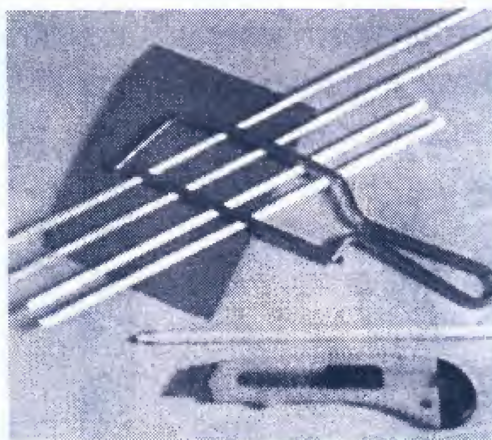
5. Клеєм змащуємо краї матеріалу, які слід обгорнути навколо прутиків.



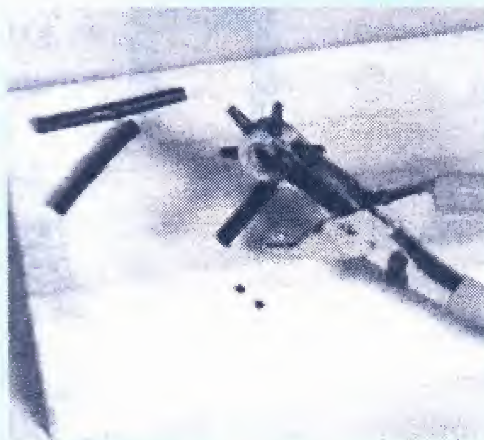
6. Задню сторону змія слід укріпити подвійним шаром матеріалу, а також накладкою.



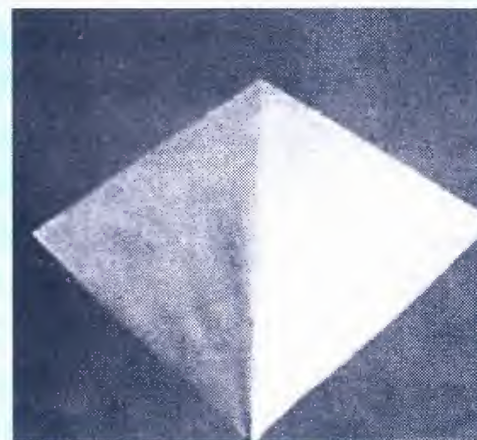
1. Матеріал для покриття змія, прутики з пластику та з дерева, з'єднувачі, хрестовина, шнурок, тяга.



2. Прутики з дерева та пластику переріжте пилкою. Трохи заточіть гострі кромки пластикового прутика.



3. Пробійником вирізаємо отвір діаметром 5 мм у з'єднувальному елементі для еластичних прутиків.



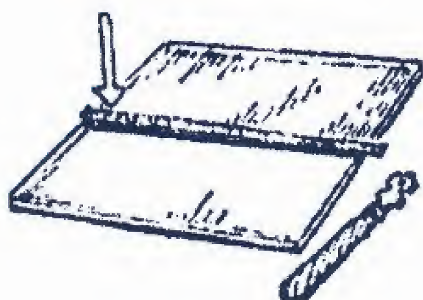
7. На малюнку показано кінцевий ефект урівноваження, отриманий шляхом згину прутиків там, де це необхідно.

З укороченого вузла від кулькової ручки, яким пишуть, можна зробити чудову заклепку. Її можна використовувати, наприклад, як вісь для спиці при ремонті парасольки. Знадобляться такі заклепки й радіолюбителям - на них зручно монтувати радіодеталі.

При наклеюванні кахельної плитки на стіну за допомогою густо тертої фарби плитка може сповзти раніше, ніж фарба затвердіє. Цю неприємність можна усунути, підклавши під плитку невеличкий шматочок пластиліну.



Якщо липку стрічку або мокру газету наклеїти уздовж борозни, нанесеної на скло склорізом, то при постукуванні тріщина піде точно по необхідній лінії.



При фарбуванні за допомогою пульверизатора та пилососа іноді необхідно змінити факел розсіювання. Це можна зробити, приклеївши до пульверизатора насадку з пластиліну. Змінюючи її форму, ми змінюємо форму розсіювання.



Щоб під час зимових холодів теплолюбні квіти не мерзли на вікнах, просвердліть у підвіконні декілька отворів так, щоб тепле повітря від радіатора опалення могло проходити через них між квітами та вікном. Тепле повітря стане своєрідною тепловою завісою.



Гирі для занять гімнастикою можна зробити з порожніх пластикових каністр. Вони не дряпають підлогу, не гримлять. Крім того, можна регулювати їх вагу, засипаючи більше або менше піску чи наливаючи воду.



Для перевезення мороженої риби, м'яса або інших продуктів зручно використовувати ємності, зроблені з пластикових пляшок із відрізаною верхньою частиною.



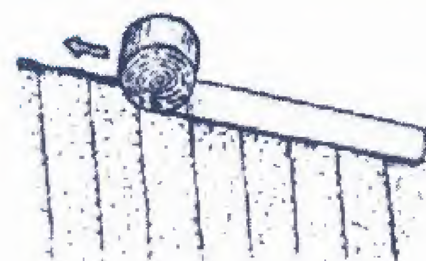
Пил з монітора комп'ютера легко зняти мокрою ганчіркою, змоченою у воді, до якої додали декілька краплин нашатирного спирту та рідкого антистатика. Нашатир добре відчищає скло, а антистатик на деякий час захищає екран від пилу.



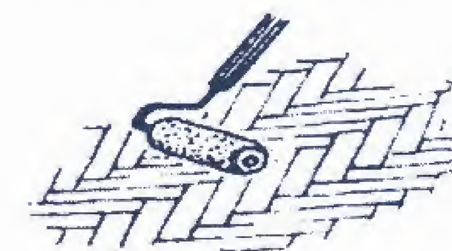
За допомогою прутка олова та товстого мідного дроту можна швидко виготовити зручну переносну лампу для роботи у гаражі. Завдяки тому що пруток м'який лампочка легко фіксується у потрібному положенні.



Хто робив самотужки ремонт у квартирі, знає, як непросто провести фільонку - вузьку смугу, що розділяє офарбовані панелі. Для цього можна використати звичайний серпантин: його вузенька смужка наклеюється на стіну клеєм ПВА і підфарбовується у бажаний колір.



Щоб красиво покрити підлогу лаком, лак краще і зручніше наносити не щіткою, а поролоновим валиком (із хутра або ворсу не годиться). Лак порціями наливають на підлогу і розкачують рівним шаром. Якість покриття виходить значно вищою, ніж при роботі щіткою, а процес полегшується та прискорюється у декілька разів.



З'єднайте гумовим кільцем котушки з різнокольоровими нитками у пучок, і ви легко витягнете нитку потрібного кольору.



КУХНЯ – повноправне житлове приміщення!

Раніше кухню вважали окремим приміщенням, яке призначалося тільки для готування їжі, і не задумувалися про її естетичний вигляд.

Пізніше з'явилися "витяжки" і на кухні стало легше дихати, повідкривались, а ще пізніше взагалі знялися, двері, і кухня стала, практично, продовженням вітальні. З'явилася необхідність у перетворенні даного приміщення у повноправну і невід'ємну частину житла.

Перш за все треба визначитись з загальним тоновим побажанням усіх членів родини, причому підійдіть до вирішення цього питання серйозно, адже вам не потрібні нервові зриви тещі з приводу неонового освітлення контуру стелі.

Як тільки з'ясуєте це питання, йдіть у магазин і купуйте фарбу, шпалери, кахель і плитку для підлоги. Ретельно порадьтеся з продавцем із приводу водостійкості, вогнестійкості та радіоактивності обраного матеріалу. Якщо співвідношення якість/ціна вас улаштовує - купуйте.

Тепер про те, які побутові прилади і меблі потрібні на кухні. Найголовніше - це плита чи піч, на якій ви будете готувати їжу. За нею йде водопровідний кран, обробний стіл, шафа для посуду, обідній стіл, різноманітні тумбочки для спецій та дрібних побутових приладів (кофемолок, м'ясорубок і т.ін.). Розставити усе це треба належним чином.



Почнемо з плити. Звичайно, її ставлять біля стіни, але можна поставити й усередині приміщення, комбінуючи її з обробним і/чи обіднім столом. Витяжку треба розміщати, виходячи з вашого росту, головне - це, щоб ви постійно не билися об неї головою, і ваша найбільша каструля без зайвого клопоту могла розміститися на плиті.



Водопровідний кран не повинний знаходитися з плитою на одному столі, якщо ваша плита убудована, тому що при засміченні раковини вода може затопити палаючу плиту, і відбудеться витік газу, а, якщо плита електрична - відбудеться коротке замикання. Про те, що буде далі, поцікавтесь у пожежній інспекції! Кран можна розташувати біля стіни, ліворуч від плити, на окремому столі, ще краще якщо в цій стіні є вікно.



Далі йдуть шафи, тумбочки й обробний стіл. Їх треба розставляти так, щоб на кухні, одночасно, могло вільно пересуватись, не заважаючи один одному і почуваючи себе комфортно, від двох до п'яти осіб.

Переходимо до оброблювання стін та підлоги. Стіни за раковиною й плитою викладають кахлем або будь-яким іншим матеріалом, що миється. Підлога - матеріалом, на якому ви не будете ковзатись з гарячою сковородою у руках. Усе інше ви можете робити на свій "смак і колір", конкретних правил на цей рахунок не існує.

Якщо після оброблювання й розміщення меблів у вас залишилися "голі стіни", не засмучуйтеся, туди ви можете повісити декоративні тарілки, декоративні обробні дошки і подібні аксесуари, які не будуть псувати загального інтер'єру. Можна оформити стіни рослинами, які розміщують на підвіконні й шафах, що гарно освітлені. При виборі рослин керуйтеся двома правилами: рослини повинні обсипатися якнайменше і не мати різкого запаху, тому що він буде перебивати аромат приготованих страв.

Кротенко В.І.,
канд. психол. наук

Типи лазень

Лазні, поширюючись у різні географічні області, набули своєрідних рис. В основному існували 2 різних способи гігієнічного догляду за тілом, які були зумовлені історичними умовами у Європі. Це римські сухі гарячі повітряні лазні і російський тип з обігрівом парної насиченими парами води. Поступово проникаючи в інші галузі, ці лазні було модифіковано і пристосовано до місцевих умов, а деякі з них одержали специфічні назви. У сучасній літературі ми зустрічаємось з такими типами лазень.

Російська – характерна тим, що її простір заповнюється насиченою водяною парою, яка утворює туман з температурою 40-45°С (максимум 50°С). Парну обладнано лавками, розташованими на різній висоті, вибір якої залежить від індивідуального перенесення тепла. Охолодження здійснюється водою, на свіжому повітрі, снігом.

Римська – обігрівається гарячим сухим повітрям. Його температура у теплому приміщенні - тенідарії - сягає 40-45°С, а в лаконікумі (кальдарії) - 60-70°С. Гаряче повітря підводиться до підлоги або через отвори у стінах. Обидва приміщення



обладнані дерев'яними лавками, розташованими на різній висоті. Охолодження - у басейнах з різною температурою води в альвеусі, який за периметром було обладнано східцями, – близько 35°С, в писцині - 12°С.

Турецька (арабська) – має приміщення з температурою повітря 40 і 50°С, а вологість повітря регулюється підігріванням води в котлах. Охолодження здійснюється у спеціальному приміщенні шляхом обливання водою з температурою, що поступово знижується, або під час перебування у приміщенні з кімнатною температурою.

Ірландська – набула поширення у Середній Європі завдяки зусиллям ірландського лікаря Вагі-герот. Це лазня з низьким насиченням водяною парою без утворення туману з температурою в парній близько 50-55°С. Охолодження – за допомогою душу або обливання. Нині ці лазні практично зникли.

Фінська лазня (сауна) обігрівається гарячим повітрям з температурою, що сягає 100°С, тут відносно низька вологість. Сауну обладнано ступінчастими лавками на різній висоті. Цим досягають перепаду температур від 65 до 90°С. Перед закінченням перебування у парній для механічного подразнення шкіру шмагають віниками або іншими засобами. Охолодження здійснюють на повітрі або у воді.

Віник у лазні - усім хазяїн!



У народі говорять: *"Віник у лазні - усім хазяїн"*. Це дійсно так, адже віник має неабиякі лікувальні властивості, і з давніх часів люди лікувалися саме за допомогою цього простого засобу. Найбільш поширеними є березові та дубові віники, дещо рідше зустрічаються віники з хвої, кропиви, липи та вільхи.

Березові – найбільш давні за походженням. Три тисячоліття тому давні слов'яни звернули увагу на їх еластичність, міцність та на високі лікувальні властивості. Добре відшмагавши себе березовим віником можна зняти біль у м'язах та суглобах, очистити шкіру від вугрів, прискорити загоювання невеликих ран та порізів. Дуже добре таким віником лікувати астму, радикуліт, подагру та простудні захворювання. Це справжній еліксир бадьорості та духу. Заготовляють березові віники протягом усього червня у суху погоду, зрізуючи гілля довжиною біля 60 см. Гілки зв'язують і сушать у сухому, темному місці на невеликому протязі (найкраще на горищі).

Дубові – заготовляють протягом усього літа з початку червня до кінця серпня. За своїми властивостями вони не поступаються березовим. Парені дубові віники рекомендують для зняття кров'яного тиску та заспокоєння нервової системи після сильних фізичних навантажень. Воістину вони творять чудеса з жирною шкірою, роблять її матовою та пружною, мають протизапальні властивості та сприяють загоюванню ран. Дубові віники у підвішеному стані можна зберігати 2-3 роки.

Хвойні – наперед не заготовляють. Гілки ріжуть безпосередньо перед паренням у бані за день чи два. Для надання м'якості та еластичності зв'язані віники заварюють протягом 15-20 хв. в окропі. Шмагатися хвойними віниками можна далеко не всім. Людям із дуже ніжною, чутливою шкірою краще відмовитися від такої процедури.

Присутність у хвої каротину, смол, аскорбінової кислоти, ефірної олії та дубильних речовин сприяє лікуванню багатьох захворювань. Так, віники із сосни дуже корисні при шкі-

ряних захворюваннях, а з ялинки допомагають при лікуванні ревматизму, подагри, нервового розладу, укріплюють нервову систему.

Кропив'яні – заготовляють з кропиви протягом усього літа. Роблять їх невеликими (довжиною 35-45 см). Щоб запобігти опіків на тілі, безпосередньо перед використанням у бані віник два рази перекладають на 2-3 хв. з гарячої води у холодну. Після такої процедури ним можна сміливо шмагатися. Якщо з лікувальною метою необхідно, щоб віник жалив, перед паренням його опускають на 2-3 секунди у окріп і паряться лише після прогрівання шкіри з початком потовиділення. Шмагатися таким віником треба злегка, не докладаючи особливих зусиль. Присутність у листках кропиви вітамінів С, К, провітаміну А, азотних та дубильних речовин, мікро- і макроелементів сприяє оздоровленню організму, зняттю втоми, покращує кровообіг.

Липові – заготовляють із початком цвітіння липи. Шмагання липовим віником допомагає позбавитися від головного болю, робить м'яку гімнастику для шкіри, заспокоює нервову систему, посилює потовиділення, розгладжує зморшки на тілі, розм'якшує жирові пробки та сприяє виходу вугрів. Особливо корисний липовий віник при жирній шкірі. Парення липовим віником протипоказане, якщо шкіра дуже суха або на ній є запалення.

Вільхові – ріжуть протягом усього літа з червня по серпень включно. Застосовують для лікування простудних захворювань, безсоння, заспокоєння нервової системи.

Комбіновані – до декількох гілочок берези додають трохи дубових, липових, вільхових, ялицевих, смородинових. Після запарювання таких віників у парній розповсюджується казковий аромат лісу. Ароматичний ефект можна підсилити, додавши у віник по 2-3 гілочки м'яти й меліси.

А насамкінець - прохання. Заготовляючи віники для бані, пам'ятайте, будь ласка, про те, що до лісу треба ставитися бережно. Гілки слід різати з дорослих дерев і лише бокові пагони. З одного дерева можна зрізати не більше 4-5 гілок.

З легким паром!

Тарасюк В.В.

САУНА ТА МАСАЖ ДЛЯ ЖІНОК

Навряд чи існує кращий засіб для підтримання здоров'я і краси, ніж сауна або лазня. В сауні жарко (70-90°С) і сухо. У лазні ж, навпаки, лише тепло (40-45°С) й дуже вогко: адже чим вища температура, тим сухіше повинне бути повітря, щоб не пошкодити шкіру і систему кровообігу. Найголовніший оздоровчий ефект полягає в контрастній дії на організм тепла і холоду. Після того, як тіло сильно прогрілось, треба обов'язково охолодитися. Холодна вода після гарячої пари закриває пори, робить шкіру пружною і гладкою.

Охолодження необхідне. Воно стимулює обмін речовин. Через пори, що відкрились під впливом тепла, відбувається глибоке очищення шкіри. Вона стає ніжною, до неї повертається її природний рожевий відтінок. Втома і напруга, накопичені у м'язах, зникають. Кровообіг підсилюється, і по всьому організму розносяться вироблені при прогріванні антитіла. Імунна система зміцнюється, поліпшується загальний стан. Одне повинне бути цілком ясним — ці процедури навряд чи змусять вас схуднути. В сауні або лазні — маса зменшується не за рахунок жирового прошарку, а за рахунок води. Спрагу, що виникає у парній, краще втамовувати мінеральною водою або фруктовим соком. Вони відшкодовують втрату мінеральних солей.

Після усіх процедур намажтесь з ніг до голови зволожуючим кремом, адже після перебування у парній шкіра знежирена і збезводнена. Активні речовини, що містяться в кремах, тепер будуть особливо добре всмоктуватися. Якщо у вас немає часу сходити в лазню, можна влаштувати маленьку вологу парну вдома.

Лазня для обличчя. Умийтеся з милом. Покладіть у невеликий тазик жменю трав і залийте окропом. Нахиліться над тазиком, накрийте голову великим рушником. Через 10 хв, коли відкриються пори, шкіру легко почистити. Після цього треба обов'язково вмитися холодною водою. Така процедура відмінно допомагає, якщо у вас поганий колір обличчя і вугри.

Масаж. Після сауни або парної усі м'язи розслаблені — ось тут саме час підтримати благотворний ефект масажем. Взагалі масаж дуже корисний: радимо вам час від часу давати помасажувати собі спину кругоподібними рухами в ділянці лопаток і шиї, з легким натиском. Або дозвольте собі щоденно простий самомасаж. Масажуйте шкіру кругоподібними рухами, від голови до ступнів, завжди у напрямку до серця. Сильнішого ефекту від самомасажу можна домогтися, користуючись масажною щіткою. Такий масаж добре стимулює кровообіг, що особливо приємно вранці.

Звичайно, можна користуватися і послугами професійного масажиста. Після такого масажу розсмоктуються хворобливі затвердіння, поліпшується надходження в тканини поживних речовин і виведення шлаків, що у свою чергу покращує постачання тканин кров'ю. Дієвість процедури масажу можна збільшити з допомогою ефірних олій. Масаж сприяє проникненню таких олій у шкіру, підсилює їх дію.

Аерофітотерапія. Аромат олії благотворно впливає на психіку. При зовнішньому застосуванні ефірні олії завжди слід змішувати з рослинними оліями, наприклад з мигдальною або соєвою, бо інакше через сильну концентрацію вони можуть викликати подразнення на шкірі. Ароматизовані олії на травах для компресів, ванн і масажу можна приготувати самостійно. Наприклад, олію з ромашкою: заповнити пляшку свіжими квітками ромашки, влити олію (рослини повинні бути цілком занурені в рідину), міцно закрити і поставити приблизно на 6 тижнів у тепле місце, потім вичавити через чисту тканину. Олія, настояна на ромашці, благотворно діє на суху чутливу шкіру. Олія з календулою: застосовуються тільки пелюстки. Допомагає при судомах, знімає біль у м'язах.

Живильні трави. Рослини і трави мають різні лікувальні властивості. Тут ми наводимо деякі з них: валеріана, меліса і лаванда діють заспокійливо і розслаблююче. М'ята освіжає, пом'якшує біль, очищає дихальні шляхи. Розмарин і чорна сосна повертають сили, бадьорять. Дуже корисні трав'яні збори. Їх можна скласти самому, користуючись порадами лікарів-травників.

Не менш важливо. При догляді за тілом не останню роль відіграє якість засобів, що застосовують для очищення шкіри. Сучасна косметологія не рекомендує користуватися милом, бо воно надто знежирює шкіру. Що пропонується взамін? Різні лосьони, шампуні для душу, гелі і т.п., що не містять лугів. Вони не знежирюють шкіру й не порушують її захисний кислотний покрив.



Домашній бар із прилавком... Це просто!

Меблі із натуральної деревини завжди створюють затишок і приваблюють своєю індивідуальністю. Наведений бар із сосни не важко виготовити в домашній майстерні. Деталі бару скріплюють дюбелями та клеєм. Так, потрібно 200 дюбелів діаметром 8 мм. Особливо важливо надійно припасувати три кронштейни, на яких кріплять прилавок. Тому кронштейни бажано виготовляти після того, як бар вже готовий. Технологію виготовлення бару і його розміри зображені на рисунках (1-15).



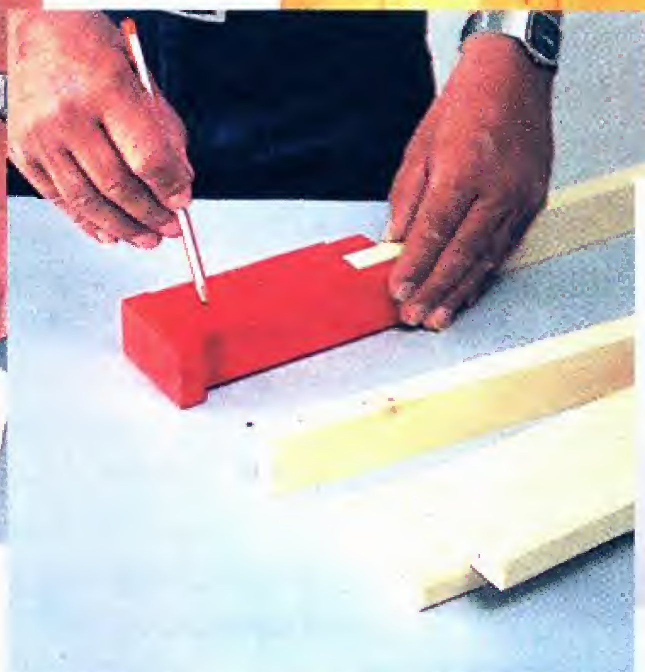
У разі необхідності домашній бар із прилавком можна легко перетворити в шафу для зберігання різноманітних речей(склянок, підставок, пляшок тощо). Широкі двері, що відчиняються посередині і складаються, доють можливість доброго доступу до полиць.



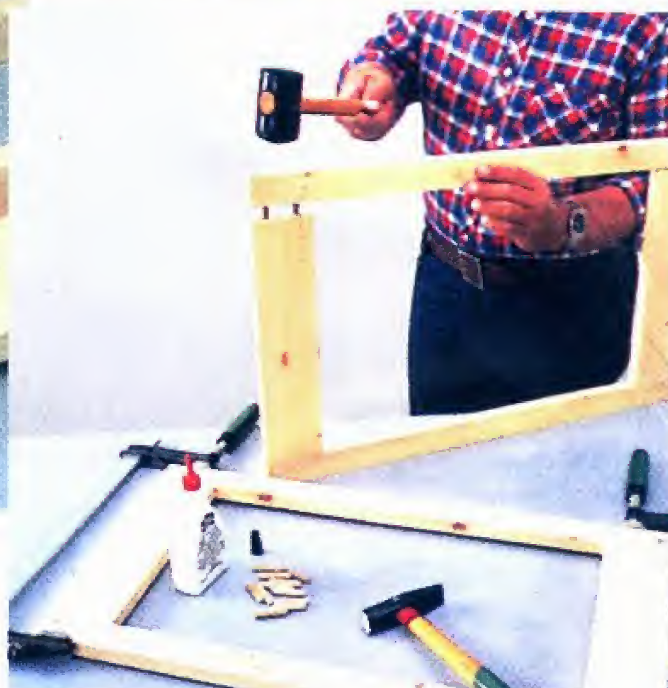
Кришка бару має достатньо місця для пляшок, склянок і різноманітного приладдя для змішування напоїв. Прилавок надійно кріплять до трьох кронштейнів і на нього можна добре спиратися.



1. Пилкою розрізають 19 мм дошки на потрібну довжину.



2. За шаблоном маркують місця для отворів під дюбеля діаметром 8 мм.



3. За допомогою клею і дюбелів з'єднують рами. При цьому використовують гумовий молоток.



4. Коли клей висохне, по всьому периметру рами роблять фальц глибиною і шириною 10 мм.



5. Останні нерівності рами зачищають за допомогою наждачного паперу середньої зернистості.



6. На фільонках з фронтальної сторони роблять фальц шириною 15 мм і глибиною 10 мм.

Подальший технологічний процес виготовлення бару буде наведено в наступному номері журналу.

Переклад з німецької **Власа П. П.**



Не станьте жертвою кохання!

Сила жінки – в її жіночості!

Шанель

Життя і наукові дослідження в галузі психології міжособових відносин показують, що майже 90 відсотків успіху в житті людини становить вдалий шлюб. Тому ця тема цікавить і молодих, які ще не зробили цього важливого кроку, і тих, хто вже приміряв обручку. І, на жаль, часто не дуже вдало. Сьогодні криза сім'ї помітна не тільки в Україні, де на кожний шлюб припадає і одне розлучення, а й в усьому світі. То як же не потрапити до тієї "неуспішної" частини людства? На це питання є безліч відповідей і теорій, однак практика у кожного своя.

І часто буває, що дівчина (молода жінка) чи юнак (молодий чоловік) стають жертвами свого ж кохання?

Психологи з'ясували, щоб закохатися, потрібен збіг щонайменше двох обставин. По-перше, мати бажання закохатися, тобто установку на те, щоб зустріти її чи його. По-друге, в момент спілкування з особою протилежної статі відчувати стан фізіологічного збудження. Нервове збудження стимулює любовний "маркетинг", тобто прискорює ідентифікацію об'єкта симпатії. Саме при збудженні нервової системи різними чинниками (алкоголем, наркотиками, нікотином, гучними ритмами музики, почуттям небезпеки тощо) збільшується ймовірність фальшивої атрибутики, тобто очікуваних рис, яких насправді у об'єкта кохання може і не виявитися . Адже, відомо, що людина мислить і діє не відповідно до реального стану речей, а так, як вона їх собі уявляє. У кожного з нас у мозку є психічний образ самого себе, всього світу і людей, які нас оточують, і людина поводить себе так, наче саме ці образи є реальними. Такі психічні образи, що керують нашою поведінкою, навантажені емоціями. Коли ми говоримо, що кохаємо когось, це значить, що наш психічний образ цієї людини забарвлений пристрастю, світлими і великодушними почуттями. Так виникає ефект "рожевих окулярів". При цьому недоліки коханої людини не помічаються або майже не помічаються, а позитивні риси значно перебільшуються. Партнер може бути яскравим егоцентриком чи, навіть, проявляти непорядність у взаєминах, а інший нічого не бачить. Такі помилки людина може повторювати. Адже після розриву відносин легко закохатися знову, бо у свідомості утворюється вакуум, сильно заряджений почуттями, що потребує заповнення. Людина, яка "підганяє" себе, нерідко романтизує образ першого зустрічного, що допомагає заповнити наявну пустоту. Саме тут знову ж виникає велика небезпека "рожевих окулярів". Коли ж ви підсвідомо чи за допомогою близьких людей відчули цю небезпеку, негайно зупиніться. Адже під невинністю кохання інколи приховуються шантаж і обман, егоцентризм і користь, психологічне вбивство і позбавлення особистої свободи, насилля проти душі і тіла..

Не віддавайте передчасно руль своєї долі у чужі руки. Довіра необхідна для спілкування, недовіра - для гарантії своїх інтересів. Звичайно, з часом може виникнути дружба, яка є найнадійнішою основою довготривалого шлюбу.

Прислухайтесь до цієї історії... Світлана познайомилася з симпатичним хлопцем на ім'я Сергій під час науково-виробничої практики, яку влаштував для студентів 4 курсу вуз, в якому вона навчалася. Сергій провів її з дискотеки в гуртожиток, де вона жила, ніч була темною, зорі яскравими, пахло літом... Вони були молоді, веселі і безтурботні... З того часу вони почали зустрічатися. Світлана представила свого друга матері і слухати не хотіла її зауваження щодо безцеремонності Сергія, який часто засиджувався у них дома допізна і потім потайки позичав гроші у Світлани на таксі. Він міг не подзвонити їй, хоча й обіцяв, а потім слізно вибачався і говорив про своє неземне кохання. Напередодні Нового року вони одружилися, а через два роки Сергій пішов до іншої, забравши гроші за частину квартири Світланиних батьків, де вони жили весь цей час. Також він забрав і багато речей, які привсоїв собі. Родина Світлани і сама вона хотіли тільки одного: ніколи більше не бачити Сергія.

Пройшло майже вісім років. Світлана працювала в аптеці і жила одна в однокімнатній квартирі. Рана, що дівчина зазнала від кохання, заживала довго. Всі чоловіки їй уявлялися такими, як Сергій. Та все ж хотілося сімейного щастя. Одного разу до аптеки зайшов високий симпатичний чоловік, купив ліки і запитав Світлану, коли вона закінчує роботу. Вона не відповіла. Вийшовши з аптеки, молода жінка побачила нового знайомого з букетом квітів. Вона не захотіла, щоб він її проводжав додому, він погодився, але наполіг, щоб взяла букет. Насупного дня після роботи Слава, так звали чоловіка, чекав її знову з квітами. Вони зайшли в кафе випити кави. Так продов-

жувалося майже місяць. І Світлана подумала: "Чому б мені не запросити його додому?".

Так Слава залишився у Світлани. Познайомився з батьками, наче сподобався їм. Та, навчені гірким досвідом, вони попереджали Світлану не поспішати одружуватися з ним, не прописувати його на своїй житлоплощі, бути обережним. Слава говорив, що він живе на квартирі, тому що свою квартиру залишив колишній дружині, працює на одній з відомих у місті фірм, матеріально забезпечений, що вони куплять більшу квартиру і наполягав на одруженні. Світлана подумала, що вони однієї долі і будуть розуміти один одного. Скільки ж можна бути самотньою? Через місяць після одруження Слава почав приходити з роботи похмурим і невеселим. На питання дружини відповідав, що все добре. А потім розповів, що хоче звільнитися з роботи, і стати компаньоном свого кращого друга в організації швейного виробництва. З боку товариша - уже є приміщення, обладнання, не вистачає дрібниці - 5 000 доларів США на закупівлю тканини. А прибуток ділитиметься 50 на 50. Таких грошей у Світлани не було. І вона переживала за свого коханого, який дуже хотів працювати і заробляти гроші на нову квартиру.

Одного разу Слава запропонував Світлані взяти кредит у банку під заставу її квартири, в якій, до речі, Світлана, послухавши матір, не прописала чоловіка. Світлана вагалася. Слава "організував" показ їй фабрики та обладнання, домовившись з працівниками, де він буде працювати і заробляти великі гроші, якщо знайде якихось 5000 доларів. Очі у нього були сумними, він мало розмовляв і був розгубленим і нещасним. Світлана здалася. Взявши кредит і оформивши заставу, вони щасливі прийшли додому. Слава був радісним, уважним і проявляв свою любов, як міг. Вони мріяли про майбутнє, як народять дітей, як будуть жити у коханні і злагоді. Вранці Слава одягнув все найкраще: білу сорочку, новий костюм, черевики. Поцілувавши Світлану, він взяв гроші і пішов. Світлана перехрестила його вслід. У гарному настрої вона прибігла на роботу і кидалася до телефону на кожен дзвінок. Та Слава не зателефонував. І не прийшов додому. Світлана хотіла дзвонити в міліцію та рука з слухавкою опустилася. Страшна здогадка спалахнула у свідомості...

...Батьки Світлани продали колекцію марок і дачу і викупили Світланину квартиру. Про Славу вони більше ніколи нічого не чули.

Ці приклади показують, що людина, яка має викривлений психічний образ самої себе і людей, може раз по раз наступати на одні і тіж граблі. Тому не поспішайте, зачекайте, прислухайтеся до думок батьків, друзів, співробітників, познайомтеся з оточенням партнера. Якщо є можливість, порадьтеся з психоаналітиком. Не соромтеся перевіртити факти, які викликають у вас сумнів. Ні в якому разі не встановлюйте такі відносини, коли зміна позиції партнера може нанести вам значних збитків. Відносини будуються або на взаємному признанні їх цінності, або набувають характеру патології. Якщо ж відносини видихаються, краще піднятися і піти. Партнерам було б добре мати попередню угоду, умови якої ніколи не змінюються без згоди обох сторін. Якщо ж один з партнерів в односторонньому порядку змінює ці умови, що недопустимо для чесної людини, то інший повинен вміти і могти захистити себе. Якщо ж ви у відносинах з партнером самі зробили помилку, признайте її і погодьтеся з умовами того, кого скривдили.

Отже, не віддавайте передчасно руль своєї долі у чужі руки. Довіра необхідна для спілкування, недовіра - для гарантії своїх інтересів. Звичайно, з часом може виникнути дружба, яка є найнадійнішою основою довготривалого шлюбу.

...Поміркуймо над випадком із Світланиного життя. І, якщо і ви у "рожевих окулярах" - поспішіть їх зняти. Без жалю. Не станьте черговою жертвою кохання! І, можливо, чергового кохання!

Producer Producer Producer

Наш ДІМ

№ 5, 2002

Виробничо-практичний журнал
Виходить 6 разів на рік
Засновник і видавець:
КП "Редакція журналу "Дім, сад, город"

Додаток до журналу
«Дім, сад, город»

Головний редактор:
Влас Петро Павлович

Літературний редактор:
Кротенко Валентина Іванівна

Верстка, дизайн, макетування:
Дулицька Яна Юріївна

Журнал "Наш дім" можна передплатити у кожному відділенні зв'язку. Передплатний індекс **74453**, вартість передплати 1 номера в 2002 році – **2,55** грн. Передплатний індекс комплектів "Наш дім" + "Дім, сад, город" **21871**.

Серія регістрації журналу КВ, № 812 від 07.07.94

Підписано до друку 17 вересня, 2002 р.
Тираж 12000 прим. Зам.0130274
Ціна договірна
Адреса редакції: 02094, Київ-94, пр. Гагаріна, 17а
Тел./факс: 477-73-01; 552-95-11; 552-94-60

Адреса друкарні: комбінат друку видавництва "Преса України", 01047, Київ-47, пр. Перемоги, 50

6/1

Збудуй хату з лободи, але у чужу не веди!







Багато молодих людей після весілля мріють жити окремо, в своїй оселі. Таке бажання виправдане, оскільки сприяє міцності сім'ї. Не даремно в народі говорять: "Збудуй хату з лободи, але у чужу не веди! " Сьогодні ми пропонуємо проект недорогої оселі для молодих людей, які ще не укріпили свої матеріальні позиції, але все ж планують жити окремо.

Індекс – 74 453
"Наш дім" + "Дім, сад, город" – 21871